



---

305.497.286

I59h

Instituto Nacional de las Mujeres

Historias para aprender y soñar: biografías de mujeres costarricenses destacadas / Instituto Nacional de las Mujeres. 1 ed. San José: Instituto Nacional de las Mujeres, 2018. (Colección Haciendo historia, n. 8)

120 p., 18 x 25 cm.

ISBN 978-9968-25-371-0

1. HISTORIA DE MUJERES. 2. BIOGRAFÍA. 3. EDUCACIÓN DE LAS MUJERES. I. Título

---

### **Producción:**

Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU).

### **Producción General:**

Ana Lorena Flores Salazar,  
Directora General, Dirección Estratégica,  
Instituto Nacional de las Mujeres.

### **Autoras:**

Kathia Brenes Herrera.  
María Auxiliadora Castañeda Casco.  
Rocío Guzmán Cervantes.  
Andrea Peralta Valverde.  
Suiyen Ramírez Villegas.  
Esther -Techi- Serrano Madrigal.

### **Coordinación teórica y metodológica:**

Ester -Techi- Serrano Madrigal,  
Coordinadora Departamento Construcción de Identidades  
y Proyectos de Vida.

### **Edición:**

Yadira Calvo Fajardo.

### **Ilustraciones:**

Elizabeth Argüello Miranda.

### **Diseño gráfico e impresión:**

Ester -Tetey- Molina Figuls.

# Contenido

Presentación.....	7
Prólogo.....	9
Rosita Acosta Ramírez.....	Por Suiyen Ramírez Villegas 12
Ángela Acuña Braun.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 14
Cecilia Amighetti Prieto.....	Por Kathia Brenes Herrera 16
Leda Astorga Mora .....	Por Suiyen Ramírez Villegas 18
Mireya Barboza Mesén .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 20
Amelia Barquero Trigueros .....	Por Kathia Brenes Herrera 22
Yadira Calvo Fajardo .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 24
Francisca Carrasco Jiménez .....	Por Kathia Brenes Herrera 26
María Isabel Carvajal Quesada .....	Por Suiyen Ramírez Villegas 28
María Odilia Castro Hidalgo .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 30
Thelma Curling Rodríguez .....	Por Suiyen Ramírez Villegas 32
Mercedes Chacón Porras .....	Por Andrea Peralta Valverde 34
Lita Chaverri Matamoros .....	Por Andrea Peralta Valverde 36
Adelaida Chaverri Polini .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 38
Hilda Chen Apuy Espinoza .....	Por Kathia Brenes Herrera 40
Laura Chinchilla Miranda .....	Por Kathia Brenes Herrera 42
María Eugenia Dengo Obregón .....	Por Andrea Peralta Valverde 44
Deportivo femenino Costa Rica F.C.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 46
Catalina Devandas Aguilar .....	Por Andrea Peralta Valverde 48
Margarita Esquivel Rohrmoser .....	Por Kathia Brenes Herrera 50
Alda Facio Montejo.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 52
Cora Ferro Calabrese .....	Por Suiyen Ramírez Villegas 54
Vita Lyna Fonseca Saborío .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal 56
Emma Gamboa Alvarado .....	Por María Auxiliadora Castañeda Casco 58
Victoria Garrón Orozco .....	Por María Auxiliadora Castañeda Casco 60
Haydeé Gómez Cascante .....	Por Kathia Brenes Herrera 62
Luisa González Gutiérrez .....	Por Rocío Guzmán Cervantes 64

Jacoba González Porras .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	66
Liga feminista costarricense: Las sufragistas .....	Por Andrea Peralta Valverde	68
Violeta Madrigal Mora .....	Por Andrea Peralta Valverde	70
Ligia Martín Salazar .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	72
Clotilde Mayorga Mayorga.....	Por Kathia Brenes Herrera	74
Esther de Mézerville Ossaye .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	76
María Francisca Morales Matamoros.....	Por Kathia Brenes Herrera	78
Irma Morales Moya.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	80
Graciela Moreno Ulloa .....	Por Rocío Guzmán Cervantes	82
Carmen Naranjo Coto .....	Por Andrea Peralta Valverde	84
María Teresa Obregón Zamora .....	Por Rocío Guzmán Cervantes	86
Elizabeth Odio Benito.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	88
Yolanda Oreamuno Unger.....	Por Andrea Peralta Valverde	90
María del Milagro París.....	Por Kathia Brenes Herrera	92
Margarita Penón Góngora.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	94
Sonia Picado Sotela.....	Por Kathia Brenes Herrera	96
Claudia Poll Ahrens .....	Por Suiyen Ramírez Villegas	98
Silvia Poll Ahrens.....	Por Kathia Brenes Herrera	100
Ana Poltronieri Maffio.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	102
Emilia Prieto Tugores .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	104
Estela Quesada Hernández .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	106
Corina Rodríguez López .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	108
Anna Gabriela Ross González .....	Por Rocío Guzmán Cervantes	110
Rose Marie Ruiz Bravo .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	112
Juana Segundo Sánchez.....	Por Andrea Peralta Valverde	114
Marcelle Taylor Brown .....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	116
Faustina Torres Torres.....	Por Ester -Techi- Serrano Madrigal	118
María Eugenia Vargas Solera.....	Por Andrea Peralta Valverde	120
Bernarda Vásquez Méndez .....	Por Andrea Peralta Valverde	122
Zarella Villanueva Monge .....	Por Suiyen Ramírez Villegas	124

# Presentación

**U**no de los fines del Instituto Nacional de las Mujeres es promover la igualdad entre los sexos mediante acciones tendientes a mejorar la situación de las mujeres y proteger sus derechos consagrados tanto en declaraciones, convenciones y tratados internacionales como en el ordenamiento jurídico costarricense. Bajo esta premisa, ha invertido muchos de sus esfuerzos en producir material didáctico que propicie prácticas educativas propicias a ese fin.

El presente libro obedece a la idea de ofrecer un material para escolares de entre 7 y 9 años, donde puedan conocer a costarricenses destacadas, con el afán de promover a temprana edad modelos femeninos que fortalezcan en las niñas su identidad y proyectos de vida. Por tanto, este material está encaminado a fortalecer un cambio cultural hacia una mayor igualdad, confiando en el poder de los mensajes que les damos y que reciben desde la infancia.

La consecuencia de la casi total eliminación de las mujeres de la historia oficial es el escaso o nulo reconocimiento de sus logros y esfuerzos, la justa apreciación del valor de las rupturas que han tenido que hacer muchas para llegar hasta donde lo han hecho.

Por medio de estas biografías convertidas en cuentos, queremos contribuir a restituirles su lugar, ofreciendo a las vez a nuestra niñez una oportunidad de comprender que la sociedad puede y debe ser más igualitaria y que llegar a serlo pasa por el reconocimiento de quienes, al luchar por conquistar espacios y cumplir metas, han mostrado el camino hacia un mundo mejor.

El valor de esta obra se ve aumentado con el hecho de que por primera vez el INAMU, desde su Departamento de Construcción de Identidades y Proyectos de Vida, emprende una tarea como esta: sus funcionarias han escrito cada uno de estos cuentos bajo la mirada crítica y amorosa de la escritora costarricense Yadira Calvo Fajardo, quien de manera voluntaria colaboró en la revisión y edición de cada uno de estos textos.



**Patricia Mora Castellanos**

Presidenta Ejecutiva

Ministra de la Condición de la Mujer



# Prólogo

**S**e cuenta que, según los documentos de navegación, cuando Magallanes desembarcó en América del Sur en 1520, la comunidad indígena veía llegar a la playa sus pequeños barquichuelos, pero no lograba ver las enormes naves, que le parecían solo sombras en el horizonte.

La explicación que a este fenómeno se le ha venido dando es que los botes no les resultaban muy diferentes de sus canoas, y por eso los reconocían, pero las enormes embarcaciones con sus imponentes velas y mástiles, les resultaban muy ajenas a su idea de la realidad: como nunca en sus vidas las habían visto, no cabían en su pensamiento y por eso no las lograban percibir.

Después hubo quienes, entre el pueblo indígena, comenzaron a descifrar aquellas manchas y pasaron la información al resto del grupo, que entonces sí empezó a verlas. Esto significa que el modo en que entendemos el mundo puede limitar nuestra capacidad para reconocer ciertos hechos aunque los tengamos frente a los ojos.

Este relato viene a cuento porque, cuando desde el sistema de enseñanza se estudia historia, o ciencias, o literatura, o música, o artes plásticas y prácticamente lo que sea, se puede notar que los nombres femeninos son tan escasos que se pueden contar con los dedos de una mano y aun puede que sobren dedos.

Dice la investigadora española Aurora López, que, estudiando la historia del imperio romano, "a cada paso experimentó una sensación extraña de algo así como si en Roma no hubiese niñas, ni muchachas, ni mujeres". La verdad es que eso mismo se puede sentir en todos los campos de estudio: un borrón, una tachadura, una desaparición sospechosa. Si andamos por las calles, si estamos en los campos, en los laboratorios, en las oficinas, en las escuelas, en las universidades, ¿por qué resultamos ser tan invisibles? ¿Qué duende perverso nos hace desaparecer?

Cuando pregunten la causa del faltante, alguien les contestará que no se nos nombra porque no hemos conseguido mucho, ni grandes logros ni altos niveles. Pero esta es una explicación equivocada. Al parecer, con nosotras ocurre como con las naves de Magallanes. Durante cientos de cientos de años, hagamos lo que hagamos, la sociedad ha tendido a vernos solo como esposas, mamás, hijas o hermanas de alguien. Pero no se ha acostumbrado a percibirnos como pensadoras, científicas, historiadoras, artistas, escritoras, deportistas, creadoras... Es exactamente como ver los botes pero no los veleros. Y en este caso no porque estos sean ajenos a la realidad, sino porque son desestimados por la cultura.

La "sensación extraña" que a algunas nos provoca la ausencia de mujeres al hacer los recuentos de quién es quién en casi cualquier campo de estudio, se relaciona con el hecho de que la sociedad ha cultivado un modo de percibir que le dificulta mucho reconocernos como personas con objetivos y proyectos personales, vocaciones científicas, artísticas, literarias o de la naturaleza que sea. La falta de interés por visibilizarnos de este modo, transmite una imagen distorsionada de la realidad y desestimula a las niñas al negarles ejemplos valiosos que les ayuden a creer en sí mismas, orientar sus aspiraciones, y sentirse parte activa de la Historia.

Este libro, como otros de parecida naturaleza, busca representar, respecto de las mujeres, el papel de los primeros indígenas que lograron ver los barcos como lo que eran: ponerles nombre, cuerpo, imagen, hacer visibles a las muchas que han contribuido o están contribuyendo en muy diversos campos al progreso del país, a la democracia, a las artes, a la literatura, a la política, y a todo quehacer humano.

Se trata de pequeñas biografías, muy breves, apenas si suficientes para señalar un camino que, como los bosques encantados, puede estar lleno de hallazgos para quienes quieran penetrar en él. Esperemos que conduzca a un nuevo lugar futuro donde las mujeres gocemos del espacio y el reconocimiento social que se nos debe, y nuestras acciones y talentos dejen de verse solo como sombras en el horizonte.

Yadira Calvo Fajardo,  
22/10/2018

**A las muchas mujeres  
que estando ...  
no están en este libro.**



## Rosita Acosta Ramírez

**E**sta es la sala, a mí me gusta que el piso siempre esté muy limpio y brillante, como un espejito, nada de rayones... también me riega las matas y le quita el polvo a las hojitas... la comida con poquita sal... le restriega bien los puños y el cuello a las camisas blancas... el desayuno se sirve a las 6 de la mañana... las medias me las lava a mano... **¡Rosita!**, ¿me está poniendo atención?

- Sí señora... las medias a mano... los puños y cuellos, poca sal, las matas, el piso...

- Sí, ¡y el desayuno a las 6 en punto! El pinto fresquito todos los días.

**Rosita** venía llegando a San José, tenía 15 años y ese era su primer día de servicio en una casa. Como siempre fue una niña muy avispada y empeñosa, mientras hacía todas las labores que le exigían, su mente se hacía muchas preguntas interesantes sobre las mujeres que como ella se empleaban en casas: "¿Por qué tenemos que cumplir tantas horas?", "¿por qué no nos dan vacaciones?", "nosotras no tenemos derechos?", "¿existe alguna ley que nos proteja si quienes nos emplean nos tratan mal?" En su tiempo libre se ponía a conversar de estos asuntos con otras amigas que trabajaban como ella. También se dedicaba a investigar para obtener respuestas a todas sus inquietudes.

Conforme iba aprendiendo sobre las dudas que la inquietaban, ayudaba y aconsejaba a sus amigas, hasta que un día logró tener una casita donde se reunían muchas mujeres que llegaban a recibir información. A algunas hasta les consiguió clases para que aprendieran a leer y escribir.

**Rosita** sabía que su lucha no sería una tarea fácil, pero no se daba por vencida, además contaba con el apoyo y trabajo arduo del resto de mujeres de la asociación de trabajadoras domésticas ASTRADOMES.

Su liderazgo, tenacidad e inteligencia la llevaron a ella y a ASTRADOMES a muchas actividades importantes donde las escucharon y les dieron respuesta para que las trabajadoras domésticas ahora sean más respetadas, valoradas y protegidas por la ley. Gracias a esto, se logró hacer una ley que les redujo el horario laboral a 8 horas diarias igual que el resto de empleos, contar con seguro social a las que trabajan medio tiempo y disfrutar un día libre a la semana y los días feriados.

**(1940)**

---





## Ángela Acuña Braun

**Á**ngela fue una luchadora a favor del voto de las mujeres, causa en la que invirtió muchos años de su vida. Después de graduarse en el Colegio Superior de Señoritas, viajó a Francia e Inglaterra a continuar sus estudios.

Por ese tiempo, las sufragistas inglesas hacían grandes manifestaciones en las calles para lograr que se les reconociera el derecho al voto, pero las arrestaban y las mandaban a la cárcel. A **Ángela** eso le llamó mucho la atención, y a su regreso al país venía resuelta a conseguir que aquí las mujeres pudieran votar como lo hacían los hombres.

Para poder obtener el bachillerato, se matriculó en el Liceo de Costa Rica, un colegio de varones. Ingresó a la Facultad de Derecho y logró convertirse en la primera mujer abogada del país y de Centroamérica.

Junto con otras compañeras, fundó varias organizaciones, como por ejemplo la Liga Feminista, importante agrupación que mantenía comunicación internacional y así se nutría de los avances logrados en otros países. Su larga lucha dio frutos y en 1949 al fin se alcanzó en Costa Rica el sufragio femenino.

**(1888-1983)**

---





## Cecilia Amighetti Prieto

**L**as hojas llenas de colores y dibujos revueltas por la casa iluminaban los ojos de la pequeña **Cecilia**, a quien le gustaba dibujar todo lo que veía. En su cabecita, las figuras y las formas alimentaban la imaginación. Su padre, Francisco Amighetti y su madre Emilia Prieto eran importantes artistas del grabado y en su hogar había cuadros, carboncillos y pinceles por todos los rincones.

Estudió artes en varios países y su talento la llevó a plasmar en sus lienzos, paisajes, figuras humanas y retratos. Ser artista no era fácil para una mujer y Cecilia tuvo que luchar contra la idea de que el arte no era una actividad para muchachas. Su obra ha sido llevada a exposiciones en nuestro país y en el extranjero. Hoy es reconocida como una de las más importantes pintoras costarricenses.

**(1934-2016)**

---





## Leda Astorga Mora (1957)

**H**oy estamos entrevistando a una escultora costarricense muy famosa. Su nombre es **Leda** Astorga Mora, y ya en nuestro país y en el mundo reconocen sus esculturas y las llaman "Las gorditas de **Leda**".

- ¿Podrías contarnos de dónde salió la idea?

- ¡Buenos días! Vieras que un día fui a una actividad familiar y había mucha gente; a mí me gusta mucho observar a las personas y darme cuenta de que todas somos diferentes: unas altas, otras bajas, unas delgadas, otras anchas, unas muy serias, otras más risueñas, unas tímidas otras no tanto... Entonces vi a una señora que me llamó mucho la atención. Era una mujer bajita, de espalda y pechos grandes, con muchas joyas, alhajas, maquillaje y un peinado muy alto. Se veía muy alegre y simpática. A mí me fascinó, y me fui al taller a tratar de hacer una obra inspirada en ella...

**Leda** siempre fue una mujer muy creativa y sus manos tienen grandes habilidades para crear objetos hermosos, llenos de magia y color. Por eso no dudó en estudiar una carrera que le permitiera dedicarse a lo que más le gustaba: las Artes Plásticas. Luego se especializó en Escultura en la Universidad de Costa Rica.

El día que esculpió a aquella señora, mientras hacía sus formas, le ponía las joyas y pintaba su cara, **Leda** pensaba muchas cosas sobre el cuerpo femenino y sentía que sus obras podían contar historias sobre la gente y las cosas que le gusta hacer. Entonces, empezó a modelar personajes que conversaban, dormían, disfrutaban de la brisa, tomaban el sol, bailaban, reían...

En general **Leda** imagina mujeres con diferentes tipos de piel, cabello, formas de vestirse, de arreglarse...

- ¿Y por qué la mayoría son gorditas?

- Si bien es cierto, la representación de las mujeres predomina en mis obras, me gusta trabajar con el ser humano en general. Las figuras son voluminosas porque observando a las personas con las que convivo, me doy cuenta de que la mayoría de ellas no corresponden a las formas que el mercado o la sociedad nos quiere imponer, entonces trabajo temas resueltos con formas, colores, y texturas, tal y como las veo, en toda su riqueza y su variedad.

A muchas personas les divierte adivinar las historias que cuenta esta artista con su trabajo. Las creaciones de **Leda** están llenas de humor, ternura, colores. Inducen a la reflexión. Dado que gustan tanto, con frecuencia ella es invitada a participar en exposiciones en Costa Rica y en países como Estados Unidos, Alemania, España, entre otros, y ha recibido muchos reconocimientos. Entre los más importantes, el Premio Nacional "Aguileo J. Echeverría" en Escultura, en 1999.





## Mireya Barboza Mesén

**M**ireya fue una bailarina y coreógrafa de danza clásica moderna. Estudió y actuó en varios países como Chile, México y Francia. Gozó de mucha fama y admiración, pues movía su cuerpo de una manera hermosa, delicada, fina y lograba transmitir una gran armonía. Inventó su propio estilo que incluía grandes saltos impresionantes por su belleza.

Tanto le gustaba ese arte, que al regresar a Costa Rica en 1971 fundó la primera Escuela de Danza Moderna, donde las personas interesadas podían recibir clases de forma gratuita. De esta manera, muchas jóvenes pudieron estudiar y lograr su sueño. Y luego, en 1980, creó el Taller Nacional de Danza, donde se forma a quienes quieren dedicarse por entero a esta actividad.

Creó coreografías en las que recuperaba tradiciones costarricenses y mostraba al público algunos personajes propios de nuestra cultura. Por eso recibió varios premios.

Fue una gran mujer que logró heredar a sus estudiantes la constancia, la fuerza y la disciplina que se requieren para desempeñarse con maestría en su profesión.

**(1935-2000)**

---





## Amelia Barquero Trigueros

**L**a canción de una cajita de música cuando niña arrullaba sus sueños y fantasías, sus días con dificultades de salud no habían mermado sus sueños. Cuando **Amelia** crecía, ser artista no era un trabajo para mujeres, pero ella no lo creía así. Se puso alas de mariposa, bailaba con el viento y disfrutó el soplo de libertad. Su vida estaba llena de sonidos maravillosos: escuchaba notas en cada soplo del viento y canciones en los murmullos de la gente. Su voz era poderosa, cantaba en casa con la dulzura y el ímpetu de las aves. Por ello en su diario escribía su futuro con la música de la mano..

Estudió en la Escuela de Música de la Universidad de Costa Rica, y su vida profesional ha estado dedicada no solo al canto sino también a la composición musical, a la fundación de coros, a la lucha por la valoración de las mujeres en el campo artístico y a la docencia: ha formado a muchas generaciones de jóvenes que ven en la música una hermosa forma de expresar sentimientos y talento.

Hoy **Amelia** sigue enseñando y cantando con esa misma voz fuerte que de niña vibraba en todos los rincones de su casa y con el paso firme que los obstáculos le labraron porque el fracaso nunca fue una opción.

**(1945)**

---





## Yadira Calvo Fajardo

**E**s una escritora que ha dedicado toda su vida a defender en sus libros a las mujeres. ¡Es una de las mejores defensoras!

Vive en una casa muy linda, con un gran jardín, donde siembra plantas que dan flores de muchos colores. En su biblioteca con muchos libros, tiene fotografías de su esposo, sus hijas e hijo y nieta, además de cuadros de lideresas que admira y adornos que hacen de ese sitio un lugar mágico.

Aprendió a leer cuando estaba muy chiquita y desde entonces nunca ha dejado de hacerlo. Le apasiona escribir, y como ella misma dice: “Lo hago todos los días, no descanso ni los domingos y ahora que estoy pensionada tengo tiempo para hacerlo”.

Estudió magisterio en la Escuela Normal y más tarde filología en la Universidad de Costa Rica. Fue maestra y profesora universitaria por muchos años.

Ha escrito artículos de periódicos, de revistas, libros y ha hecho videos. Ha ganado muchos premios, como por ejemplo el Premio Nacional de Cultura Magón, el más importante que Costa Rica le entrega a una persona por su trayectoria en el campo de la creación o la investigación. Pues **Yadira** lo ganó en el año 2012, por toda una vida dedicada a escribir y a educar a favor de la igualdad.

Todos sus libros hablan de historias de mujeres, de sus vidas, de sus sueños, de sus esperanzas. Y también hablan de cómo la sociedad las ha discriminado, y de cómo hacer para superar esas situaciones.

Es una mujer muy inteligente, disciplinada, con un muy buen sentido del humor. Sus amigas y amigos la quieren mucho y les gusta ir a su casa a tomar café y escucharla, porque a una escritora como ella ¡hay que escucharla y leerla!.

**(1941)**

---





## Francisca Carrasco Jiménez

**S**u nombre era **Francisca** pero siempre la llamaron Pancha. De origen muy humilde, desde niña destacó por su coraje y por querer aprender cosas nuevas. En su época a las mujeres se les decía que debían dedicarse solo a las tareas de la casa, pero aquella muchacha inquieta, inteligente, fuerte y decidida, creció convencida de que eso no debía ser así. En 1842 participó junto a otras compañeras, en una revuelta para acabar con el gobierno de Francisco Morazán. En 1856 se unió al ejército que combatió la invasión de los filibusteros, en defensa de la soberanía y la libertad en las batallas de Santa Rosa y Rivas. Allí auxilió a los enfermos, cocinó, acarreó municiones, levantó el censo de los heridos y muertos y según se afirma, hasta hizo de sepulturera. Pero también tomó parte activa en la lucha por apoderarse de un cañón enemigo que mataba a muchos soldados costarricenses.

El Presidente Juan Rafael Mora Porras la condecoró con una medalla de oro que dice: "En homenaje a la mujer de aquella gloriosa gesta [...] Costa Rica agradecida, premia el valor".

Aunque nunca recibió ninguna recompensa material por sus valientes acciones, tras su muerte se decretó duelo nacional y se le rindieron honores militares correspondientes al grado de General de División. En 1994 la Asamblea Legislativa la declaró Defensora de las Libertades Patrias y en 1912 fue declarada "Heroína Nacional".

Pancha evolucionó la historia y sembró el camino para que muchas mujeres trabajen y ocupen lugares antes pensados solo para hombres.

**(1816-1890)**

---





# María Isabel Carvajal Quesada

**L**os súper héroes o súper heroínas suelen ser personas fuertes y grandes que luchan contra el mal y salvan la vida de las gentes de la ciudad, pero eso solo es verdad en las películas y los cómics. Los héroes y heroínas de la vida real buscan otros objetivos. Por ejemplo, la escritora **María Isabel Carvajal Quesada**, conocida como **Carmen Lyra**, era pequeña y más bien tímida, pero tenía muchos súper poderes: ya te cuento...

**María Isabel** nació hace muchísimos años, en una época en la que por primera vez las mujeres podían ir a la universidad. Al inicio trabajó en un hospital en San José, pero luego fue a la universidad y estudió para hacerse maestra. Sabía que con esa profesión podía hacer muchas cosas importantes por Costa Rica ¡Y tenía razón! Como era tan estudiosa, la mandaron a una universidad en Europa, y al regreso trajo una idea brillante: hacer jardines infantiles, donde las niñas y niños aprendieran juntos cosas muy divertidas e interesantes: juegos, canciones, letras, dibujo, ejercicio físico y todo lo que se hace en esas edades antes de ir a la escuela. Es decir, ella fue la fundadora del kindergarten.

Era muy observadora y le gustaba analizar todo lo que pasaba a su alrededor, en especial las situaciones de injusticia. Tenía muchas ideas y quería compartirlas con otras personas, por lo que escribió muchos artículos que publicaba en revistas y periódicos. Sobre todo es reconocida por su libro *Cuentos de mi tía Panchita*, donde aparecen las historias del astuto Tío Conejo, y del confiado de Uvieta. Sus cuentos han divertido al país durante muchos años.

Fue una de las activistas más importantes en las luchas por los derechos de la gente más pobre, de la clase obrera. Formó parte del Partido Comunista, creó el Sindicato Único de Mujeres Trabajadoras y propuso que se creara la Organización de Maestras Costarricenses. Todo esto para luchar contra lo que estaba mal en el país y ayudar a que las personas vivieran mejor.

Aunque **Carmen Lyra** murió hace muchos años, aún sigue siendo una de las personalidades más reconocidas del país. Ha recibido dos títulos muy importantes: Benemérita de la Cultura Nacional y Benemérita de la Patria; es decir, medallas como heroína de Costa Rica. ¡Y su imagen sale en el billete de 20 mil colones!!!

Yo te aconsejo que vayás a la biblioteca más cercana y pidás el libro *Cuentos de mi tía Panchita*. ¡Vas a ver qué divertidos son!

**(1887-1949)**





## María Odilia Castro Hidalgo

**A** **María Odilia** siempre le gustó estudiar, y fue una excelente estudiante. Ella quería ser doctora en medicina, pero cuando era joven no tuvo dinero para cursar esa carrera. Hace mucho tiempo, en Costa Rica, si una persona quería ser médica tenía que formarse fuera del país.

Entonces se decidió por el magisterio, en el que se desempeñó toda su vida con gran vocación, y en el que fue muy apreciada por su inteligencia y su habilidad para enseñar. Ocupó el cargo de directora en varias escuelas, y contribuyó a que sus colegas se organizaran en grupos y pudieran proteger mejor sus derechos laborales.

También estudió enfermería y finalmente trabajo social. Siempre ejerció sus dos profesiones de maestra y enfermera porque en su vocación de ayuda no solo le interesaba educar a las personas, sino también sanarlas.

**(1908-1999)**

---





## Thelma Curling Rodríguez

Cuando la maestra puso la tarea, **Thelma** sintió una gran emoción: tenía muchas ideas para contestar una pregunta tan sencilla: "¿Qué deseo ser cuando sea grande?". Apenas llegó a su casa, corrió a sacar su cuaderno, le hizo punta al lápiz y empezó a escribir, pero las ideas se movían más de prisa que su manita. Entonces soltó el lápiz, suspiró, cerró los ojos, se concentró en una imagen... y escribió la primera frase: "Cuando sea grande, quiero poder hacer algo valioso por mi país... y por las niñas afrodescendientes como yo".

Conforme fue creciendo, esa idea la llevó a encontrar caminos para lograr su deseo infantil. Dos personas la inspiraron mucho: una de ellas fue su papá, un hombre muy inteligente que trabajaba por mejorar las condiciones de vida de su pueblo limonense, tanto que logró ser el primer diputado afrodescendiente de la historia del país. La otra fue Virginia Martén, a quien admiró porque fue la primera mujer en graduarse como abogada en la Universidad de Costa Rica.

**Thelma** decidió que iba a estudiar la misma carrera de doña Virginia para conocer de leyes, poder hacer proyectos y defender los derechos de las mujeres y la cultura afrocaribeña que llevaba orgullosa en su piel y su corazón.

El primer día de clases le pareció un poco extraño ver muchos hombres y muy pocas compañeras, pero no le importó. Sacó su cuaderno y tomó notas, porque sabía que toda esa información era necesaria para lograr su objetivo: ser una excelente profesional.

¡Y lo logró! Todo su conocimiento y experiencia es muy valorado. Por eso la invitan a muchas actividades. También ha viajado a diferentes países donde la escuchan con gran admiración. Consiguió cargos muy importantes: fue Presidenta de la Municipalidad de Limón y llegó a ser la primera mujer afrodescendiente diputada que representó a esta provincia del Caribe. Por eso se han escrito libros sobre ella y le han hecho diversos homenajes.

(1933)

---





## Mercedes Chacón Porrás

**C**uando **Mercedes** estaba pequeña había muchas mujeres llamadas parteras, quienes sabían qué hacer para ayudar en un nacimiento. Ella creció escuchando que muchas veces esto salía bien, pero otras veces no. Quería que todas las madres estuvieran felices, que sus bebés nacieran fuertes y con salud. Por eso decidió estudiar obstetricia.

A los 29 años se convirtió en la primera enfermera obstetra del país, por lo que pudo encargarse del embarazo, el parto y la recuperación de las mamás. Creó muchos servicios para ayudar en este sentido.

Tan importante fue su labor que hoy, en Aserri, existe una clínica que lleva su nombre, uno de los primeros centros de atención sanitaria con nombre de mujer, lo cual rompió con la tendencia de reconocer solo la labor de los varones profesionales en salud.

**(1896-1963)**

---





## Lita Chaverri Matamoros

**E**n la provincia de Heredia, nació **Felícitas**. De cariño siempre la llamaron Lita. Ella también prefería ese nombre: **Felícitas** era un nombre muy largo para una niña.

Desde pequeña le encantaba aprender; le parecía fascinante, tan entretenido como jugar. Navegaba entre los libros. Su familia siempre la apoyó en su deseo de estudiar. Ella quería dedicarse a la farmacia, esa profesión que ayuda a la gente a mejorar su salud.

Imaginaba que algún día podría inventar una medicina que curara un padecimiento para siempre. Cada vez que pensaba en eso, aumentaban sus deseos de estudiar. Le dolía mucho ver a las personas enfermas.

Este interés la llevó a entrar al Liceo de Heredia, único centro de segunda enseñanza de Costa Rica en que las jóvenes podían obtener el bachillerato que las facultara para seguir estudios superiores.

Ahora quizás sea algo extraño y difícil de imaginar, pero en aquellos tiempos las mujeres no disponían de esas posibilidades. Es más, en otros países, para poder ir a la universidad, tenían que disfrazarse de hombres, y aunque disfrazarse les parecía divertido, los disfraces eran entretenidos en las fiestas, no para poder estudiar.

**(1886-1934)**

---





## Adelaida Chaverri Polini

■ Cómo le gustaba caminar por las montañas y los bosques! Y cuentan que cuando andaba por entre los árboles y subía los altos cerros de las montañas de Talamanca, iba en silencio y muy atenta a cada detalle: la forma de las hojas, el color de los troncos, los cantos de los pájaros, los animales que se asomaban entre los densos matorrales. Todo le llamaba la atención y lo apuntaba en un cuaderno, donde también dibujaba con mucho detalle las formas de lo que iba observando. Como quería tanto esos lugares, se dedicó a inculcar el respeto y el cuidado por la naturaleza. Y a educar a la gente para que los disfrutaran sin dañarlos.

**Adelaida** fue una científica ecóloga forestal, conservacionista y profesora, que estudió matemática, y luego se especializó en el estudio de las plantas y los árboles y la protección del medio ambiente en varias universidades de Costa Rica, Alemania, Ámsterdam y Estados Unidos de Norteamérica.

Fundó el parque Nacional de Corcovado y el Parque Nacional de Chirripó, lugares que se pueden visitar hoy en día para admirar los hermosos paisajes que ella tanto quiso. También fundó, junto con otras personas ambientalistas, la Reserva del Bosque Tropical Nuboso Monteverde.

Era muy observadora y le gustaba adentrarse en las montañas por caminos desconocidos. Así fue como logró describir varias plantas que nadie más había visto antes.

**(1947-2003)**

---





## Hilda Chen Apuy Espinoza

**C**aminando por la playa en Puntarenas, **Hilda** y su hermana miraban con asombro aquel mar inmenso. Su padre era chino y su madre costarricense. Ambas culturas se entrelazaban en aquella chiquilla inquieta que soñaba con conocer otros pueblos con otras lenguas y paisajes, y hablar de ellos a muchas otras niñas por todo el país.

Con ese afán de conocer, **Hilda** estudió historia, arte y educación en Costa Rica, China, India y Estados Unidos. Leyó mucho y aprendió cómo se vivía en otros lugares, sus idiomas y tradiciones. Nunca olvidó las raíces de su padre y se especializó en civilizaciones asiáticas. Como profesora en la Universidad de Costa Rica, enseñó a apreciar la riqueza cultural y el aporte de quienes vienen de otros países y fortalecen la cultura y la convivencia pacífica.

**Hilda** escribió libros sobre el respeto a las diferencias culturales y a todas las personas sin importar su procedencia, el color de su piel o el idioma que hablen.

**(1923-2017)**

---





## Laura Chinchilla Miranda

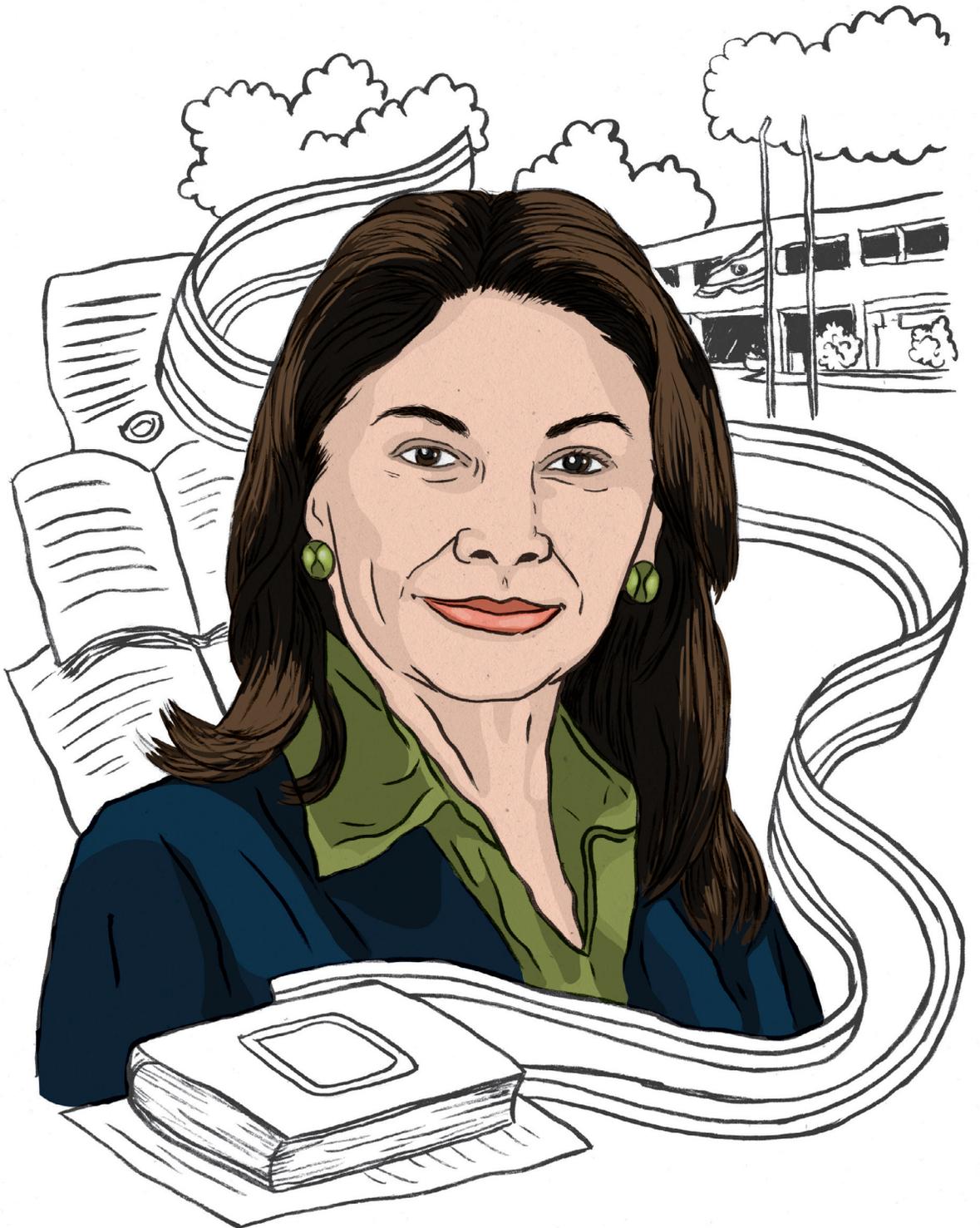
**E**n un lugar de la capital llamado Desamparados, vivía una inquieta niña, de carácter fuerte y decidida. **Laura** crecía entre juegos con sus hermanos y amigos del barrio bajo la mirada cariñosa de su padre y su madre, siempre atenta a participar en grupos de teatro y actos culturales en la escuela y el colegio.

Le gustaba leer, y escuchar a su padre que ocupaba un cargo importante y le hablaba de los problemas del país y de las decisiones relevantes que se tomaban. Desde muy pequeña soñó con ser una mujer en un puesto político de importancia en Costa Rica. Estudió mucho, fue a la universidad, se graduó en Ciencias Políticas y orientándose a su sueño se preparó y participó desde muy joven en la política. En el año 1994 fue nombrada Viceministra de Seguridad Pública y luego Ministra de Seguridad Pública, siendo la primera mujer en ser la jefa de todos los policías del país. A **Laura** le encantaba su trabajo y llegó a ser diputada y Vicepresidenta de Costa Rica; en el año 2010 fue elegida Presidenta del país, la primera mujer en ocupar ese cargo en la historia de Costa Rica.

Actualmente **Laura** da clases en varias universidades y da conferencias por el mundo motivando a muchas niñas y jóvenes que como ella, sueñan con ser presidentas de su país.

**(1959)**

---





# María Eugenia Dengo Obregón

**H**ablar de **María Eugenia** supone también hacer referencia a su familia. Este era uno de sus temas favoritos de conversación. Al mencionarla, su mirada se llenaba de luz, y la sonrisa le cubría toda la cara. Parecía una niña otra vez.

**María Eugenia** nació en Heredia. De su papá, don Omar Dengo, no registraba recuerdos físicos, porque murió cuando ella tenía dos años. Sí conservaba muchas fotografías, muchas anécdotas, y muchos textos que había escrito. Todo esto le permitió guardarlo siempre en su memoria. Él fue muy famoso en el país, porque luchó para que la educación se extendiera como un derecho para la mayor cantidad posible de personas. Era muy inteligente, pero para **María Eugenia** lo más importante era su bondad y su capacidad de enseñar con el ejemplo.

Su mamá, doña Teresa Obregón, fue también una educadora muy reconocida. Entre carcajadas, **María Eugenia** recordaba que en quinto y sexto grado ella fue su maestra: "Muy estricta y exigente", decía. **María Eugenia** estaba convencida de que quien ella era se lo debía a sus progenitores. Tuvo tres hermanos, y adivinen qué. Sí, también muy inteligentes, creativos, estudiosos.

Cuando se trataba de hablar de sí misma, se volvía un poco tímida, reaccionaba con un aire juguetón que conservó toda su vida.

Ganó muchos reconocimientos por su aporte a la educación costarricense. Maestra, filósofa, escribió varios libros, llegó a ser Ministra de Educación, trabajó para todas las universidades públicas del país. Sin duda una mujer talentosa, "desde niña era buena haciendo discursos".

De su participación en la propuesta de Trabajo Comunal Universitario de la Universidad de Costa Rica, obtuvo una de sus mayores satisfacciones, porque este servicio permite a cada estudiante ayudar a quienes han tenido menos oportunidades.

Se le otorgaron muchos premios y disfrutó cada uno de ellos como si fuera el primero. Ante los halagos, inclinaba su cabeza, los agradecía infinitamente y reconocía la importancia del trabajo conjunto. Quienes la conocieron la recuerdan como una gran persona, de actitud humilde, apasionada por la educación, con una maravillosa capacidad para sorprenderse de cada cosa.

**(1926-2014)**

---





# Deportivo Femenino Costa Rica F.C

Claro que las mujeres siempre han jugado fútbol! Pero no conocemos mucho de ellas porque no se les da la misma importancia que se le otorga a su contraparte masculina. Hace ya mucho tiempo, un grupo de 30 muchachas acostumbraban a ir a ver los partidos en los que sus amigos jugaban. Esto las motivó para crear un equipo y participar en campeonatos. Así, el 19 de marzo 1949 se funda el **Deportivo Femenino Costa Rica F.C.** primero en el mundo.

A pesar de que enfrentaron muchos obstáculos, como por ejemplo la desaprobación de la gente, porque, según se creía, ese deporte no era bueno para su salud, ellas insistieron y se hicieron famosas.

En 1950, en el Estadio Nacional, se jugó el primer partido de fútbol femenino de Costa Rica, dedicado al entonces presidente de la República, Don Otilio Ulate. Y cuando por primera vez quisieron jugar en Colombia, una organización que se llamó la "Liga de la Decencia" no les permitió presentarse en Bogotá, argumentando que era poco digno que las mujeres jugaran y sus pantalonetas eran muy cortas.

Luego fueron aceptadas y lograron jugar en Cuba, Colombia, Ecuador, Panamá, Curazao, entre otros muchos países, siempre dando un excelente espectáculo deportivo y mostrando su buena preparación física, y técnica.

En 1999, el Ministerio de Cultura de Costa Rica, decidió rescatarlas del olvido y publicó un libro titulado *Deportivo Femenino. Costa Rica. Primer equipo de fútbol femenino del mundo. Reseña histórica*. Hoy en día las futbolistas siguen encontrando mucha resistencia para ser apoyadas y reconocidas, pero a pesar de los obstáculos, son persistentes y siguen adelante.

**(1949)**

---





## Catalina Devandas Aguilar

**C**atalina es la primera Relatora Especial de las Naciones Unidas sobre los derechos de las personas con discapacidad. ¿Qué significa esto? Quiere decir que cuando se les hace daño o se lastima a estas personas, ella debe informar a las Naciones Unidas, donde se reúnen todos los países del mundo; es algo así como una guardiana que vela por su protección.

Viaja constantemente para reunirse con los diferentes gobiernos, aunque vive en Ginebra, Suiza, donde está la sede principal de las Naciones Unidas.

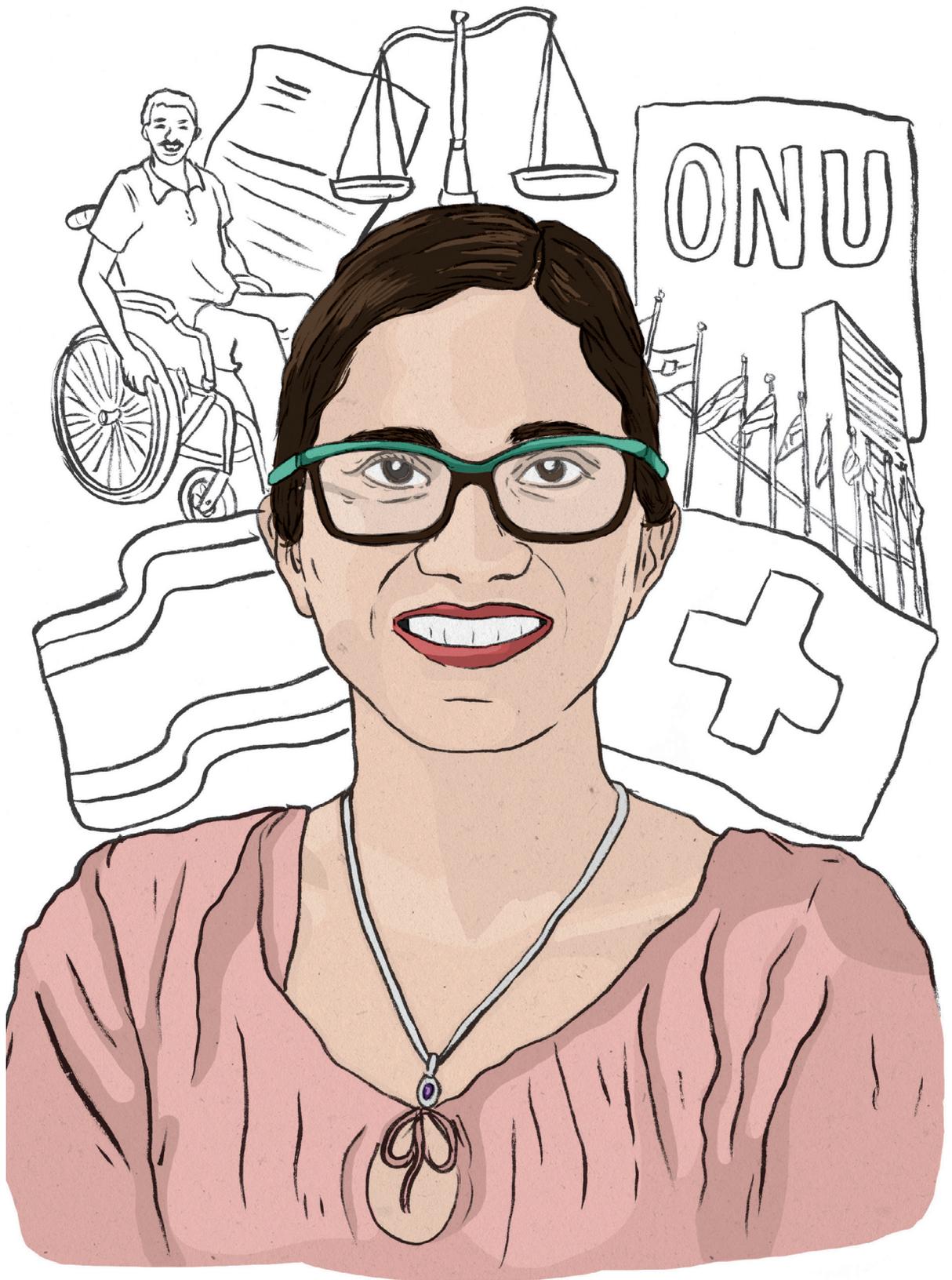
El deseo de luchar contra la injusticia, y la influencia de su familia, comprometida por buscar lo mejor para las personas, la llevó a cumplir su sueño de infancia de convertirse en abogada.

Debido a que nació con espina bífida, o sea que su columna vertebral no terminó de formarse, camina con dificultad y usa una silla de ruedas, pero esto nunca fue un obstáculo ni para ella ni para los suyos, quienes siempre la apoyaron de manera incondicional. Ella conoce en carne propia las grandes barreras que enfrentan quienes viven con discapacidad, lo que la sensibilizó para hacer su trabajo.

**Catalina** recuerda la soledad que experimentó de pequeña en la escuela, donde se veía imposibilitada de participar en los juegos infantiles. Ella tomó la iniciativa de hacerse de un grupo de amigas y amigos a través de la conversación, pero hoy en día reconoce que no son las personas con discapacidad quienes deben sortear las barreras para abrirse camino. Es la comunidad la que debe cambiar y pensar en cómo hacer para incluir a todas las personas por igual.

**(1975)**

---





## Margarita Esquivel Rohrmoser

**C**uando **Margarita** tenía once años, su madre la tomó de la mano para llevarla junto con su padre a ver un ballet al Teatro Nacional. Sentada en una silla de aquel hermoso y gran lugar, cerró los ojillos vivaces pero el rumor de la música la hizo abrirlos. Los giros y movimientos en el escenario le parecían los de hermosas aves que revoloteaban. Asombrada, en aquel momento decidió que por el resto de su vida quería bailar y bailar.

Empezó a estudiar con maestras costarricenses y luego fue a Estados Unidos a seguir perfeccionando las técnicas. Al regresar fundó una escuela propia, el Ballet Tico, en la que puso en práctica las nuevas ideas sobre cómo enseñar de modo que se sintieran la música y el cuerpo como si fueran uno solo.

**Margarita** creó coreografías muy aplaudidas, como *Amores y amoríos* y *Arcilla humana*, y a pesar de los obstáculos, con su trabajo demostró que la danza es una expresión hermosa del alma y ser artista es un sueño que se puede lograr.

**(1921-1945)**

---





## Alda Facio Montejo

**A**lda es una jurista feminista, escritora, docente, experta internacional en género y derechos humanos y ambientalista. Cuando estaba estudiando en Estados Unidos, se unió al movimiento contra una guerra y creía que todas las personas gozaban por igual de los mismos derechos. Luego se dio cuenta de que eso no era así, y que ella sufría una discriminación por el solo hecho de ser mujer.

Decidió reunirse con algunas amigas para hablar de sus vidas, de sus tristezas y de cómo hacer para superarlas. Estudió y se preparó para llegar a los organismos internacionales con el fin de denunciar esos problemas y proponer soluciones. Pero no lo hizo sola, sino de la mano del movimiento feminista, de importancia mundial, el cual proclama que las mujeres por el hecho de ser humanas tienen derechos.

**Alda** es reconocida como una de las primeras abogadas que trabajaron para organizar aquel movimiento en Costa Rica. Por eso es una pionera y gracias a ella ahora se reconoce que “los derechos de las mujeres son derechos humanos”.

Actualmente trabaja con la Organización de las Naciones Unidas y viaja por muchos países impartiendo clases, brindando su conocimiento a otras y dando esperanza.

**Alda** tiene una finca muy grande, con una cabaña de madera rodeada de árboles, pájaros y animales salvajes, donde junto con su compañera Paquita, siembra plantas y protege a la naturaleza.

**(1948)**

---





## Cora Ferro Calabrese

**C**ora nació en un país llamado Argentina, al final de mapa del América del Sur. Allí estudió en la universidad dos carreras: docencia y teología. ¿Saben qué es teología? Pues es la ciencia que estudia a Dios, o a las diferentes divinidades en las que creen los seres humanos según su religión. Esta profesión le permitió entender por qué no estaba bien que hubiera quienes vivían injusticias y maltratos, y se interesó por saber por qué entre estas personas las mujeres conformaban un grupo tan enorme. Escribió textos que nos permiten comprender las causas de estas desigualdades e injusticias y cómo podemos trabajar por una sociedad mejor.

Cuando **Cora** era ya una profesional con mucha experiencia, viajó a Costa Rica y empezó a relacionarse con la Universidad Nacional de Heredia, donde llegó a desempeñar puestos muy elevados. Por ejemplo, fue Decana de la Facultad de Filosofía y Letras. Como le interesaba mucho todo lo referente a la discriminación y marginación femenina, le pareció necesario que la universidad tuviera una carrera donde se pudiera estudiar sobre este tema y se graduaran profesionales con los conocimientos requeridos para ayudar a las mujeres a luchar por obtener más derechos y oportunidades. Para que este proyecto fuera posible, se unió con otras estudiosas y fundaron el Instituto de Estudios de la Mujer. Tiempo después, establecieron la Maestría en Estudios de la Mujer.

En su trabajo cotidiano observó que las alumnas a veces llegaban tristes a sus clases y le contaban que los profesores las molestaban y las hacían sentir mal. Ella sabía que eso afectaba la motivación de las muchachas para seguir estudiando. Entonces habló sobre la necesidad de denunciar a quienes tenían estas conductas. Incluso formó parte del grupo que atendió la primera queja formal presentada por esta causa. Eso fue muy importante porque a raíz de ahí, en las demás universidades y otros centros de trabajo se hicieron reglamentos y oficinas para atender y corregir este tipo de situaciones sufridas por las estudiantes y trabajadoras.

**(1931-2004)**

---





## Vita Lyna Fonseca Saborío

**F**ue una maestra y directora de escuela que mostró mucho interés en sus estudiantes, y donde quiera que fuera a impartir clases se preocupaba por mejorar sus condiciones de vida. Por ejemplo, en un lugar llamado Jericó de Desamparados (San José) consiguió el apoyo de otras personas para reconstruir la escuela, y en cada sitio donde trabajó, buscó llevar personal médico que atendiera al alumnado. Acostumbraba visitar las casas para conocer de cerca a las familias y ayudar en lo que fuera necesario.

También participó en política y alcanzó muchos triunfos. Fue la primera mujer elegida como regidora en la Municipalidad de San José. Cuando el país enfrentó un gran conflicto conocido como la Revolución de 1948, ella formó parte de la Cruz Roja, de la que llegó a ser presidenta. También ocupó puestos en organizaciones internacionales de Holanda y Francia.

Su vida estuvo llena de retos y triunfos, pero consideró más importante su entrega a la docencia y su trabajo en las aulas, para dejar un país mucho mejor en el cual vivir.

**(1910-1988)**

---





## Emma Gamboa Alvarado

**N**acida en la ciudad de San Ramón, Alajuela, fue una estudiante que siempre sobresalió por su excelencia.

A pesar de las limitaciones económicas, se esforzó por alcanzar sus metas, entre las que estaba la de ser maestra. Logró ganar una beca para asistir a la Escuela Normal, en su tiempo una institución prestigiosa donde se formaban las mejores educadoras.

Continuó sus estudios en los Estados Unidos, donde obtuvo un doctorado en Filosofía con especialidad en pedagogía.

Fue maestra de escuela y profesora universitaria, y llegó a ser Decana en la Facultad de Educación de la Universidad de Costa Rica. También desempeñó importantes cargos públicos: fue Ministra y Viceministra del ramo, la primera mujer en ocupar esas altas posiciones en nuestro país.

Siempre le interesó la calidad de la enseñanza costarricense y escribió libros de texto que ayudaran a mejorarla. Por ejemplo, ella es la autora de obras tan conocidas como *Paco y Lola*, que significó un aporte muy importante, aunque ya no se usa porque algunas de sus ideas perdieron vigencia. También escribió algunas poesías, relatos y ensayos. Fue fundadora de la Asociación Nacional de Educadores, y luchó siempre por el bienestar del profesorado en general.

Fue declarada Benemérita de la Patria en el año 1980, el mayor honor que Costa Rica le puede otorgar a una persona costarricense. Su efigie aparece en el billete de diez mil colones de 1998 como producto de un reconocimiento social al aporte de las mujeres al desarrollo del país.

**(1910-1988)**

---





## Victoria Garrón Orozco

**N**ació en octubre, mes lluvioso, y tal vez por eso ella hizo florecer muchas ideas y proyectos. Como maestra, profesora, escritora, política, académica y funcionaria pública que fue, enfrentó retos importantes que la llevaron a conformarse como una líderesa.

Se graduó de profesora de enseñanza primaria en la Escuela Normal de Heredia. Posteriormente obtuvo una licenciatura en Filosofía y Letras en la Universidad de Costa Rica. Una beca por parte de la UNESCO la llevó a París a estudiar pediatría. Fue autora de poesías, cuentos e investigaciones biográficas.

Ocupó puestos de mucha importancia: directora del Colegio de Señoritas, presidenta del Colegio de Licenciados en Letras y Filosofía, integrante de la Comisión Costarricense de Cooperación con la Unesco, y Secretaria Permanente de la Comisión Costarricense de Cooperación de dicho organismo.

En el primer gobierno del señor Óscar Arias Sánchez (1986-1990), ocupó la Vicepresidencia de la República, un cargo que nunca antes había sido desempeñado por una mujer. En ese período ejerció en 14 ocasiones como presidenta del país.

**(1910-1988)**

---





## Haydeé Gómez Cascante

**E**n el patio de una casa en San José de Costa Rica, un animado grupito de niñas jugaban de “casita”, una era la mamá, otras sus hijas y algunas amiguitas de ella, la actividad preferida consistía en simular que unas estaban enfermas y otras las curaban; esta última era **Haydeé**, quien se dedicaba a atender los trastornos de salud y aplicar los tratamientos que los médicos indicaban. Desde entonces reflejaba el sueño de convertirse en una persona capaz de calmar el sufrimiento causado por la enfermedad y a servir por la humanidad. Por eso con el tiempo se graduó de Enfermería; en la Escuela de Enfermería aprendió que ser enfermera no solo consiste en atender a personas enfermas, también les corresponde evitar que éstas enfermen y reducir las muertes por causas prevenibles.

**Haydeé** nació en el 1926, se graduó en 1947 y comenzó a trabajar en el Ministerio de Salud en el año 1950 donde laboró durante 37 años. Cuando se jubiló como enfermera de salud pública, le correspondió impulsar el mejoramiento de la salud materno infantil del país, participar en la capacitación del personal responsable de la atención, supervisar y evaluar la calidad de la atención brindada y representar a Costa Rica en otros países en eventos educativos en los cuales se trataban temas relacionados con la salud materno infantil.

Gracias a su esfuerzo y espíritu luchador, **Haydeé** cumplió con su proyecto de vida; después de su jubilación continuó estudiando, dando clases a estudiantes de enfermería y prestando servicios voluntarios en centros de salud de la comunidad.

Hoy, a sus 92 años, se dedica a cuidar plantas, a leer y a pintar. Lo cual disfruta mucho, así como disfruta y expresa con orgullo el haber escogido la carrera de Enfermería la que califica como apasionante y muy gratificante; continúa creyendo que todos los niños y las niñas pueden lograr sus metas, por lo tanto deben mantener sus ilusiones.

**(1926)**

---





## Luisa González Gutiérrez

**C**on las manos frías y la cara roja, así entró **Luisa** por primera vez al centro de estudios en el que años más adelante se iba a graduar de maestra. ¡Qué emoción! Después de mucho tiempo de desearlo, por primera vez acudía a un lugar que le presentaba la gran oportunidad de aprender de las ciencias, el arte y la cultura. ¡Al fin había llegado!

Les cuento el porqué de la emoción de **Luisa**: cuando era niña vivió momentos muy difíciles junto con su papá, su mamá y sus seis hermanos, entre quienes ella era la mayor. Mantener a una familia así de grande era particularmente duro para quienes como ellos gozaban de tan escasos ingresos y tenían que trabajar mucho para ganarse la vida.

Años después, gracias a su disciplina, su inteligencia y los grandes esfuerzos familiares, logró graduarse de maestra. Trabajó incansablemente por la niñez, escribió cuentos infantiles y junto con Carmen Lyra, fundó un centro preescolar con las ideas más nuevas en educación. Más allá de eso, también trabajó y luchó por los derechos de las mujeres. Siempre soñó con un país que fuera más justo y solidario para todas las personas.

**(1904-1999)**

---





## Jacoba González Porrás

**H**oy en día la mayoría de las mujeres dan a luz en los hospitales. Esto no siempre fue así. Los nacimientos ocurrían en las casas con ayuda de parteras. **Jacoba** González Porrás fue una de ellas. No importaba si tenía que interrumpir el sueño en la noche o en la madrugada para ir a atender a una parturienta. Ella se levantaba, se ponía un suéter, cogía un foco y se iba a las casas donde la necesitaban.

Contribuyó a que se reconociera la importancia de su oficio, para que a las que lo ejercían se las reconociera como profesionales; es decir, personas con un saber muy especializado.

**Jacoba** era muy diestra en su trabajo. Trataba a las pacientes con respeto, les hablaba para tranquilizarlas y hacer del parto una buena experiencia.

Además, a ella le gustaba aplicar plantas medicinales que recolectaba para favorecer la curación de ciertas dolencias y aliviar algunos dolores. Enseñaba a las niñas y niños sus secretos curativos. Les explicaba como sembrarlas, recolectarlas y usarlas.

**(1909-2010)**

---





## Liga Feminista Costarricense: Las sufragistas

**P**or mucho tiempo, Ángela, Ana Rosa, Esther, Sara, y muchas otras, se reunían, conversaban sobre la importancia de que las mujeres de Costa Rica pudieran votar. Eran muy inteligentes, estaban decididas, no querían que les pusieran límites ni impedimentos. No entendían por qué el sufragio era un privilegio masculino, y muy convencidas empezaron a llamar la atención del país.

Ángela Acuña Braun, por ejemplo, había estado mucho tiempo en Inglaterra, y vio cómo las inglesas luchaban por obtener los mismos derechos que los hombres. Decidió traerse esas ideas para Costa Rica, y contó con el apoyo de muchas otras compañeras.

En octubre de 1923, en el salón de actos del Colegio Superior de Señoritas, se reunieron su directora, sufragistas, estudiantes y docentes. Así surgió la **Liga Feminista Costarricense**, y su primera presidenta fue doña Ángela.

El camino resultó largo y nada sencillo: hacían materiales para repartir, publicaciones en periódicos y revistas, peticiones a los políticos. Recibían cuestionamientos de parte de una sociedad incapaz de entender que sus intereses sobrepasaran los de convertirse en amas de casa, esposas y madres.

Todos sus esfuerzos se vieron recompensados cuando en el año 1949 se reconoció constitucionalmente el derecho de las mujeres al voto. Esta fue nuestra principal conquista. Luego han seguido otras luchas, pero sin el compromiso y trabajo de las fundadoras de la **Liga Feminista Costarricense**, quizás hoy tendríamos un país más desigual.





## Violeta Madrigal Mora

**L**a infancia de **Violeta** no fue como la de la mayoría de las niñas y niños de su época. Ella hacía preguntas poco usuales, preguntaba por qué con mucha frecuencia, y más cuando al preguntar por qué no la dejaban hacer alguna cosa, le respondían: "Porque sos mujer". Esta respuesta no la dejaba satisfecha.

Su padre no estaba de acuerdo con que ella fuera abogada. Decía que era una "profesión de hombres". Por lo mismo, **Violeta** más se empeñaba en alcanzarla. Entre más oposición hallaba, más tenacidad ponía en lograr su propósito. "No puede", es la frase que menos le gustó en la vida.

Cuando ya estaba graduada y ejercía en el Poder Judicial, el Presidente de la Corte ordenó despedirla. Basaba su destitución en el pretexto de que allí nunca habían trabajado mujeres, y que esa "sana costumbre" no se debía perder, para no dar "un mal ejemplo".

**Violeta** nunca estuvo de acuerdo con estas ideas. Siempre dijo que si somos la mitad de la población, deberíamos ocupar la mitad de los puestos de trabajo.

Aquella experiencia la indujo a poner su propia oficina, donde ayudó, muchas veces gratis, a mujeres maltratadas y abandonadas, creando así lo que hoy se conoce como Derecho de Familia.

Gracias a ella y a tantas como ella, hoy las diputadas ocupan casi la mitad de las curules en la Asamblea Legislativa y las ministras superan en número a los ministros. Sin lugar a dudas, **Violeta** estaría muy feliz de saber que su lucha ha empezado a dar resultados. Una de sus nietas siguió un camino muy parecido, y defiende los derechos de las mujeres con la voz y fuerza que aprendió de su abuela.

**(1920-1996)**

---





## Ligia Martín Salazar

**L**igia es antropóloga, feminista, académica y activista por los derechos humanos de las mujeres. Obtuvo en México su Licenciatura en Antropología, y en Costa Rica una Maestría en Sociología Rural. Trabajó como profesora universitaria y dirigió por muchos años la Defensoría de la Mujer.

**Ligia** ha participado en importantes proyectos. Por ejemplo, en los años 80 fundó, junto con otras amigas, el primer grupo feminista de la segunda mitad del siglo XX, llamado "Ventana", cuyo propósito era la publicación de una revista del mismo nombre. También participó en la creación del grupo Agenda Política de Mujeres, que busca analizar y proponer alternativas de cambio y mecanismos para que en el campo político se tome más en cuenta la participación femenina. Ayudó en el proceso para la aprobación de leyes que contribuyen a una mejor sociedad, tales como la Ley de Igualdad Social de la Mujer, la Ley contra la Violencia Doméstica y la Ley contra el Hostigamiento Sexual en el empleo y la docencia.

**Ligia** es reconocida como una luchadora incansable, y por eso ha recibido reconocimientos como por ejemplo, su ingreso en la Galería de las Mujeres del INAMU y el Premio Lámpara Dorada del Colegio Internacional Canadiense.

Sus amigas y amigos la quieren mucho, porque es alegre, divertida, siempre dispuesta a apoyar a la gente que la necesita. Sin descanso, continúa trabajando y poniendo su inteligencia al servicio del país que la vio nacer.

(1952)

---





## Clotilde Mayorga Mayorga

**L**os grandes árboles copiosos de humedad movían sus enormes ramas al ritmo de la lluvia, las lapas y los monos cobijados en lo alto, mientras abajo al pie del tronco una niña aguardaba que escampara. Era **Clotilde**, una chiquita que vivía en Bratsi de Talamanca, provincia de Limón.

Siempre atenta a su alrededor, inquieta y alegre, ella quería superarse y dar a conocer toda la belleza de su pueblo y la cultura de su gente.

**Clotilde** creció entre la frondosidad de las montañas, los suelos húmedos y los sembradíos. En su corazón también crecía el deseo de aprender y ayudar a las otras niñas y mujeres de su comunidad. Fue así como empezó a organizar grupos y a hacer contactos con instituciones que pudieran capacitarlas y las indujeran a plantear los problemas que tenían.

Con su voz firme y su incansable trabajo, consiguió llamar la atención sobre las indígenas, y logró ser reconocida y escuchada. Por ello su fotografía hoy luce en la Galería de la Mujer del INAMU, desde donde nos recuerda a todas las que con sus manos labran la tierra y escriben su inagotable historia.

(1950)

---





## Esther de Mézerville Ossaye

**N**ació en Guatemala y de pequeña su familia se trasladó a vivir a Costa Rica. Posteriormente viajó con su madre y su padre a Francia, Bélgica y Suiza. Cuando regresaron, se dedicó a estudiar y obtuvo el título de maestra.

Fue directora de escuelas y colegios, donde se destacó por su inteligencia, amabilidad y buenas ideas pedagógicas, así como para defender los derechos del profesorado.

En 1923 fundó, junto con Ángela Acuña Braun y Ana Rosa Chacón, la Liga Feminista Costarricense, organización que impulsó el movimiento a favor del voto femenino.

A **Esther** le gustaba viajar y escuchar con atención las experiencias de otros países, como por ejemplo Argelia, Marruecos, Francia, Italia y España, y le interesaba conocer cómo hacía la gente para lograr avances y tener una vida mejor, con el fin de aplicar esos conocimientos en su país, en los grupos y lugares donde trabajó.

**(1885-1971)**

---





## María Francisca Morales Matamoros

**E**n un pueblito de Zarceros, nació **Francisca**. De niña jugaba con las hojas que encontraba en potreros y yurros de aquellos frescos parajes que la vieron crecer. De muchacha ayudaba a sus padres labrando el campo. Ella amaba el olor de la tierra al cultivarla y gozaba viendo crecer las huertas. Conocía cada planta de su entorno y sabía que con ellas podía aliviar dolores, fiebres, y otros achaques, así que empezó a hacer mezclas de vegetales y junto a otras mujeres fabricó jabones, medicinas naturales y champús.

**Francisca** organizó su comunidad y ha liderado los grupos de desarrollo. Ella defiende los derechos de las personas que trabajan muy duro en el campo y para que se respete la naturaleza.

Por todas esas luchas su foto está en la galería de las Mujeres desde el 2002.

**(1933)**

---





## Irma Morales Moya

**S**e graduó como maestra y luego salió del país a estudiar psicología y economía, y alcanzó el grado de Doctora en Ciencias Sociales.

Se preocupó por el daño que causa el alcoholismo, y por eso aprendió y aplicó tratamientos que ayudan a quienes sufren de esa enfermedad. Fundó una organización que se llama AL-ANON en apoyo de las familias de las personas alcohólicas.

También dedicó parte de su vida a trabajar en instituciones públicas, como por ejemplo lo que hoy se conoce como el Instituto de Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA); fue integrante de las juntas directivas de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), el Patronato Nacional de la Infancia (PANI) y el Instituto Nacional de Aprendizaje (INA).

**Irma** manifestó especial interés en los derechos humanos de las mujeres, y desde esta institución luchó para que no se las discriminara y pudieran estudiar carreras consideradas, en ese entonces, solo para hombres. Su interés en que pudieran tener ingresos económicos propios la llevó a fundar una organización llamada Asociación de Desarrollo Económico Laboral Femenino Integral (ASODELFI).

**(1919-1998)**

---





## Graciela Moreno Ulloa

**H**ace muchos años, una niña llamada **Graciela** se imaginó un mundo lleno de matices, luces, música, pinturas, bailes y esculturas; un mundo en donde la imaginación, la creatividad y la risa dejaran a la gente soñar al igual que ella siempre lo había hecho.

Cada día, de camino a clases, con sus manos trazaba en el aire coloridas imágenes que adornaran las calles y los parques como si fuera magia. Así pasaron los años escolares y también los del colegio, y cuando tuvo la ocasión de ir a la Universidad de Costa Rica, no lo dudó un segundo: sabía que ahora podría empezar a hacer de la magia una realidad.

Estudió artes plásticas y pintura y destacó como una de las mejores del grupo. Su secreto siempre fue mantener viva la ilusión de pintar el mundo de colores. Y con el fin de que esos sueños e ilusiones se cumplieran, al concluir la carrera se fue por mucho tiempo a otro país en donde trabajó con grandes artistas, bailarinas, actrices y actores. Ella les ayudaba a hacer realidad los escenarios más lindos que se pudieran imaginar para presentar sus obras.

Tiempo después regresó a Costa Rica y empezó a trabajar con quienes como ella querían llenar el mundo de arte. Uno de sus trabajos más importantes fue la dirección del gran Teatro Nacional. Desde ahí les dio espacio a todas las personas que pudo. Unas hacían el arte y otras llegaban a disfrutarlo. De esa manera el local siempre estuvo repleto de gente, pleno de vida.

Por muchos años trabajó en el Teatro y así colmó nuestro mundo de todas las fantasías, bailes y luces con los que siempre soñó.

**(1927-2003)**

---





# Carmen Naranjo Coto

**E**n las faldas del Volcán Irazú, nació una niña llamada **Carmen**. Su familia tenía una tienda de telas; telas de todos colores, dibujos y texturas. Escuchaba que eran traídas de muchas partes del mundo: de China, de India, de Estados Unidos. Se preguntaba cómo sería la vida por allá y cada vez que podía se escapaba en su imaginación. Estaba convencida de que al venir de tantos lugares cada una tenía que sentirse y oler diferente. Esta diferencia la fascinaba.

Jugaba con sus tres hermanos, a las escondidas, al trompo, torneos de bolinchas. **Carmen** disfrutaba mucho de ver tanta gente entrar y salir de su casa. Escuchaba las conversaciones, su imaginación volaba, y también soñaba que escribiendo esas y muchas otras historias algún día cuando fuera grande podría llegar a ser escritora, tener muchas monedas, y por qué no, también comprar telas como lo vio en su familia.

A los 7 años enfermó de polio; se le hacía muy difícil caminar. Esto nunca la puso triste. Pensaba que estando en su casa podría tener más tiempo para hacer lo que más le gustaba: leer. Eran los libros sus compañeros de juego. Para que pudiera seguir estudiando, su familia le llevó a la casa a una gran maestra que le mostró muchísimas obras famosas de difícil lectura. Aun así, **Carmen** las leía y preguntaba a las personas adultas lo que no entendía. Esas líneas le abrían el mundo, la hacían viajar.

Una vez más, tantos libros de diferentes tamaños, colores y letras, la hacían recordar las telas tan diversas e infinitas que en algún momento abundaron en su casa.

Al poco tiempo su salud se recuperó. Entró a la Escuela República del Perú, luego al Colegio Superior de Señoritas, en el centro de San José. **Carmen** inventaba historias mientras caminaba a la escuela o al colegio. Ya se había decidido: "¡Quiero ser escritora!". También, andando por las calles, una de sus primeras reflexiones fue: "El amor es el sentimiento más poderoso de todos!". Ese día sintió que había descubierto la verdad más importante para la humanidad, y sonrió mirando al cielo. Esta conclusión la acompañó siempre. También le costaba entender por qué a veces las personas no son capaces de ayudar a quienes lo necesitan.

Para ese momento, **Carmen** ya escribía muchísimo, y su padre, muy orgulloso de ella, presentaba sus textos en un grupo al que él pertenecía. Así empezó a ganar mucha admiración y aplausos; le decían que hacía maravillas con su pluma. Llevada por su vocación de escribir, estudió Filología Española en la Universidad de Costa Rica.

Al fin, aquella niña que creció entre telas y libros, se convirtió en quien siempre quiso ser. Ganó tres de los más importantes premios literarios de Costa Rica. Escribió cuentos, novelas, poesías, obras de teatro; su imaginación no tenía límites. También logró ser la primera mujer Ministra de Cultura. Pensaba en las personas que tenían intereses como los suyos. Por eso regalaba clases para ayudar a quienes como ella veían el mundo en libros de colores.

(1928-2012)





# María Teresa Obregón Zamora

**H**ace muchos años, en Costa Rica el derecho a votar para elegir presidentes y diputados y postularse para cargos públicos era un privilegio exclusivo de los hombres. Esa historia fue cambiando poco a poco con el paso del tiempo, y **María Teresa**, que nació en Alajuela a finales del siglo XIX, llegó a ser una de las que ayudaron a cambiarla.

Fue a la escuela en su ciudad natal y cursó la secundaria en el Colegio Superior de Señoritas. El hecho de que su papá y su mamá fueran docentes la ayudó a ser una buena alumna y a graduarse también como maestra en el año 1905. Muy dedicada a sus estudiantes, siempre se preocupó por enseñarles lo mejor que podía y porque aprendieran los valores de justicia e igualdad.

**María Teresa** abogó, junto a otras valientes compañeras, por una sociedad más justa e igualitaria, donde las mujeres tuvieran espacio en los puestos de toma de decisiones. Después de años de activismo en esta causa, ella fue, junto con Ana Rosa Chacón González y Estela Quesada Hernández, una de las tres primeras diputadas en la Asamblea Legislativa.

Fue también la primera mujer que dio allí un discurso. ¡Qué emoción! En un lugar en el que siempre habían trabajado y hablado solo hombres, se oía por primera vez una voz femenina. A ella y a sus compañeras de ideales debemos hoy nosotras la posibilidad de ocupar espacios que antes nos estaban prohibidos.

¡Qué se iba a imaginar **María Teresa** cuando era una niña, que de adulta llegaría a cambiar la historia de su país! El camino que la llevó a eso fue su dedicación al estudio y a la enseñanza, pero sobre todo la convicción de que debía luchar por un mundo más igualitario. Tal vez no se imaginó en la infancia todo lo que iba a hacer en su vida, pero sí es seguro que ella como joven y adulta sí soñó con un mejor mundo para todas las niñas y mujeres del futuro.

**(1888-1956)**

---





## Elizabeth Odio Benito

**L**as amigas por cariño le llaman **Eli**, y la describen como una persona decidida, disciplinada y muy inteligente. Además, cuentan que tiene un buen sentido del humor, a pesar de que parece siempre seria.

Ella es una abogada muy famosa que nació en Puntarenas, un lugar frente al mar. Estudió en la Universidad de Costa Rica y en la de Buenos Aires (Argentina), y siempre obtuvo buenas calificaciones. Ha ocupado puestos importantes como Vicepresidenta de la República, Ministra de Ambiente y Energía y Ministra de Justicia además de llegar a ser nuestra embajadora en Ginebra, Suiza.

**Elizabeth** fue la primera mujer admitida como profesora de la facultad de Derecho en el país, labor que ella siempre ha señalado como una de las que más ama y de las cuales se siente orgullosa. Se ha desempeñado como jueza de la Corte Penal Internacional, ubicada en La Haya, Holanda, una institución dedicada a juzgar a quienes han cometido crímenes de genocidio, de guerra, de agresión y de lesa humanidad. También es jueza de la Corte Interamericana de Derechos Humanos, única mujer que ocupa ese puesto, donde sigue luchando por la justicia y la paz.

**Elizabeth** sueña con un mundo donde la gente se respete y se apoye, y se ha destacado como una abogada que defiende a las mujeres, quienes, a su juicio, debemos ser solidarias, es decir, apoyarnos unas a otras, para lograr vivir en paz. Actualmente continúa luchando incansablemente por lo que cree y también continúa haciendo reír a sus amigas.

**(1939)**

---





# Yolanda Oreamuno Unger

**Y**olanda fue una reconocida escritora costarricense. Su padre falleció cuando era muy niña, y la cuidó su abuela materna a quien siempre le guardó mucho cariño y afecto.

Empezó a escribir desde los 10 años. Para inspirarse prefería que no hubiera luz. Su primer ensayo relevante fue “¿Qué hora es?”, publicado en el *Repertorio Americano*.

En su infancia tuvo la oportunidad de estar cerca de personas muy importantes. Esto la ayudó a despertar su curiosidad y su capacidad de crear a través de las letras. Cada vez que conocía a alguien que destacaba, se decía a sí misma que ella también podía hacerlo. Esto se lo repetía una y otra vez.

Su interés y sus inquietudes fundamentales se relacionaban con las mujeres. No le importaba que la llamaran rebelde. Prefería que cada cual pudiera decidir libremente quién quería ser, libre de imposiciones sociales, y de eso trataban algunos de sus textos.

Pensar así no era del agrado de muchos, por lo que sintió la necesidad de alejarse por un tiempo. Anduvo por varios países: Chile, Guatemala, México, fueron algunos de sus destinos.

Muy joven escribió su obra más conocida *La ruta de su evasión*, por la que pronto recibió mucho reconocimiento, y en la que reflexionó sobre la búsqueda de la felicidad. ¿Qué es la felicidad?, ¿cómo la alcanzamos?, fueron preguntas que siempre se planteó.

Como adulta decía que en su vida había tenido muchas pruebas, las que la ayudaron a ser más fuerte, y la inspiraron a crear esos textos tan recordados. Tanto así que al día de hoy ha sido nombrada por muchas personas como la escritora del Siglo XX del país.

**(1916-1956)**

---





## María del Milagro París

**E**l sol aún no asoma, el agua está fría y **María del Milagro** decide dar el paso y tirarse a la alberca. Con apenas 8 años y siempre apoyada por su familia, entrena incansablemente: las competencias exigen disciplina y mucho trabajo. Ella disfruta de nadar, pero también le encanta jugar de doctora.

Las horas del colegio pasan rápido y hay mucho que estudiar, volver al entrenamiento, prepararse para forjar sus sueños cada mañana.

**María del Milagro** participó en muchos torneos en el país y fuera de él. Compitió en los XII Juegos Centroamericanos y del Caribe en República Dominicana. Ahí se inscribió en 6 pruebas y ganó 3 medallas de oro, dos de plata y 1 de bronce. Con 14 años compitió en el II Campeonato Mundial de Natación de 1975, donde obtuvo el quinto lugar en los 100 metros mariposa y se le condecoró como la mejor nadadora de América Latina.

En el año 1980, fue la primera atleta costarricense en llegar a una final olímpica y participar en los Juegos Olímpicos de Moscú. Luego de esta etapa decidió dejar las competencias de natación pero sus sueños de niña no se detuvieron. Siguiendo su idea de ser doctora, entró a la Universidad y se graduó en medicina. Trabajó como pediatra en el Hospital Nacional de Niños, donde se distinguió por su profesionalismo, dedicación y afecto.

Actualmente vive en los Estados Unidos donde se dedica a la investigación. Ha publicado muchos artículos en revistas científicas sobre importantes avances médicos en los que ha participado, y en sus ratos libres lee y sigue nadando.

La piscina olímpica del Parque Metropolitano la Sabana lleva su nombre y es considerada una de las atletas más emblemáticas y queridas en Costa Rica. **María del Milagro** nos demuestra que no importa la edad ni las dificultades; la disciplina, la dedicación y el estudio valen la pena y como ella dice, lo importante es "¡tirarse al agua!"

(1961)

---





## Margarita Penón Góngora

**M**argarita Penón Góngora es química, educadora, política, escritora, conferencista internacional y ex primera Dama. Fue diputada de la República de Costa Rica, y se ha destacado por un trabajo de toda la vida en favor de una sociedad más justa y equitativa.

Junto con muchas organizaciones impulsó la Ley de Promoción de la Igualdad Social de la Mujer, aprobada por la Asamblea Legislativa en 1990. Se le conoce como la Ley de Igualdad Real porque fue motivada por la idea de que si bien en la normativa o como se dice corrientemente, “en el papel”, las mujeres sí tenían muchos derechos, en la práctica no los podían disfrutar por el machismo existente y por la discriminación de género.

En 1993 se convirtió en la primera mujer del país precandidata a la presidencia. Después de una ardua lucha en la contienda electoral, perdió la posibilidad, pero abrió el camino para que otras pudieran aspirar al cargo.

Por ser una persona capaz, inteligente y honesta, fue nombrada como “garante ética” de la administración costarricense Alvarado Quesada (2018-2021), y su trabajo implica asesorar al presidente cuando sea necesario. Así, continúa trabajando para lograr que el país sea cada vez más democrático y un lugar mejor donde vivir.

**(1948)**

---





## Sonia Picado Sotela

**D**e niña **Sonia** repartía su tiempo entre los juegos y la lectura. Al crecer se apasionó por las leyes, por lo que ingresó a la Universidad de Costa Rica donde se graduó de abogada y en la que llegó a ser la primera mujer en el cargo de Decana. Ella escribe y estudia sobre el valor de los derechos humanos y la necesidad de que todas las personas los conozcan. Por eso se ha dedicado a dar clases en Costa Rica y fuera del país. Como diputada luchó por los derechos de todas las mujeres y como política fue nuestra embajadora en los Estados Unidos.

Su gran trabajo la ha llevado a ocupar cargos muy sobresalientes en las principales instituciones del mundo dedicadas a la protección de los derechos, y a recibir importantes reconocimientos. Por ejemplo, cuatro doctorados Honoris Causa y el Premio Naciones Unidas en Derechos Humanos (1993).

Hoy **Sonia** sigue dando clases en universidades y animando a las mujeres a conocer sus derechos y luchar por ellos.

**(1936)**

---





## Claudia Poll Ahrens (1972)

Cuando **Claudia** tenía ocho años, su madre la inscribió en un equipo de natación llamado el Club Cariari. Ella iba muy feliz con Sylvia, su hermana mayor, y a las dos les parecía muy divertido jugar en la piscina, aprender a nadar y compartir con otras niñas y niños. Con el tiempo, **Claudia** se dio cuenta de que nadar no era solo una diversión, sino también un deporte que se debía de tomar con mucha disciplina. Su hermana era muy buena nadadora, y ella quería ser igual de buena. Sabía que si se esforzaba mucho podría ir a competencias y ganar medallas, ¡y así fue!

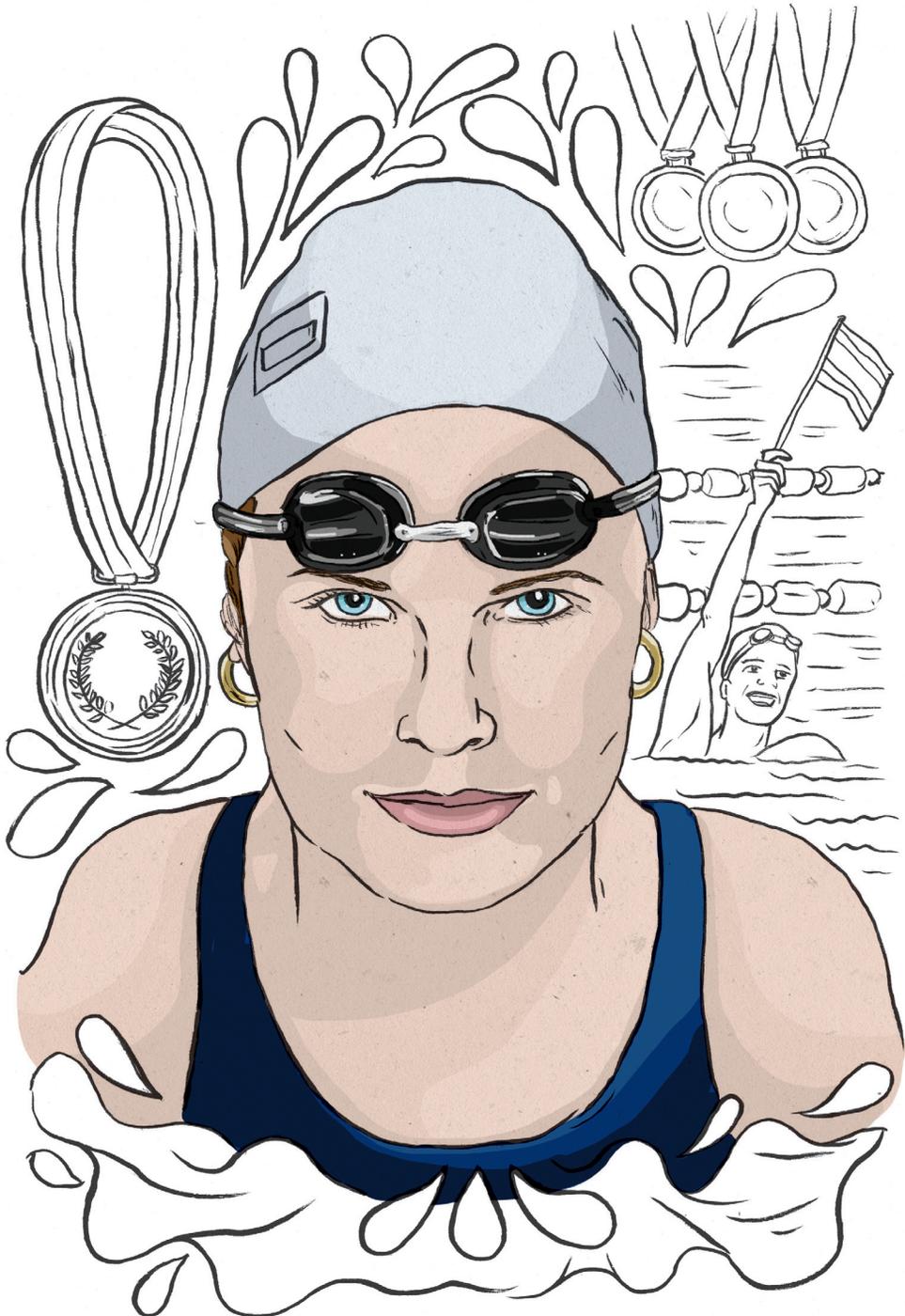
Para lograr esto, tenía que levantarse en la madrugada a entrenar, ir a la escuela y en la tarde volver al Club; a veces se sentía cansada e incluso lloraba porque le dolían las piernas, los brazos o la espalda, pero al mismo tiempo sentía un deseo enorme por mejorar cada vez más y ser una gran nadadora, así que se colocaba a la orilla de la piscina, se ponía sus anteojos para nadar y pensaba: "Sé que estás muy fría, pero soy valiente y ¡hoy voy a ganar!"

En 1996, toda Costa Rica la veía por televisión. Ella tenía 24 años y era una de las nadadoras favoritas en la competencia mundial más importante: los Juegos Olímpicos. Ese año se realizaban en Atlanta, Estados Unidos, y cuando la llamaron, todos los corazones de la gente palpitaban muy fuerte, llenos de emoción. **Claudia** iba en el carril 5 y se lanzó a la piscina con la confianza de un delfín que siempre ha vivido en el agua, con la pasión por el deporte que entrenaba con extrema disciplina y con el amor que sentía por su país. En menos de dos minutos logró llegar a la meta y ganar la primera Medalla Olímpica de Oro para Costa Rica. A su regreso de las competencias, muchas personas acudieron al aeropuerto a recibirla con banderas y aplausos. Posiblemente no hubo nadie que no celebrara este triunfo, por el cual la Asamblea Legislativa la nombró "Ciudadana de Honor". Cuatro años después, volvió a participar en las Olimpiadas de Sydney en Australia y ganó 2 medallas de bronce.

A la fecha, la nadadora se mantiene entrenando, compitiendo y cultivando importantes logros nacionales e internacionales con su equipo Asociación de Natación El Milenio; el año pasado obtuvo la Medalla de Oro como Campeona Mundial Masters en la categoría 40-45 en 200 m Libre y Medalla de Plata en 200 m Dorso. Este año se coronó campeona Panamericana al lograr 4 medallas de oro en 200 m Libre, 200 m Combinado, 200 m Dorso y 400 m Libre en la categoría 45-49. Actualmente se prepara para representar a Costa Rica en el Campeonato Masters de Estados Unidos en agosto del 2019 en la ciudad de Mission Viejo, California.

**Claudia** además estudió Administración de Empresas, lo que también le permite hacer importantes aportes en proyectos que promueven la natación como disciplina competitiva.

Como pueden imaginarse, esta mujer es considerada una de las deportistas más importantes y queridas en nuestro país y una de las mejores nadadoras del mundo. Ella ha inspirado a muchas otras personas a ser disciplinadas, persistentes y apasionadas por lo que hacen. Sus metas e ilusiones son claras como el agua de la piscina en la que seguirá entrenando todas las madrugadas, después de dejar un beso en la frente de su hija.





## Silvia Poll Ahrens

**S**us piecitos salpicaban el agua, con las manitas recogía unas gotas que dejaba en sus mejillas. ¡Qué hermosa sensación de frescura! Esa escena de niña evocada en aquellas madrugadas frías de entrenamiento le hacía sonreír, pero ese día en especial le llenaba el corazón de orgullo. Miró al frente y vio cómo la bandera de Costa Rica iba subiendo mientras en su cuello colgaba la medalla de plata. Eran los Juegos Olímpicos de Corea del Sur y ella estaba ahí triunfando.

**Silvia** empezó a nadar muy pequeña; practicaba con empeño y fue a muchos países a competir, demostrando que el deporte también es un tema de mujeres. A la par de eso estudiaba y se preparaba. Ella no se detenía y con gran esfuerzo y disciplina ganó 612 medallas, 90 trofeos y rompió 290 récords. En 1986, 1987 y 1988 fue declarada como la Mejor Deportista Costarricense. También se la nombró la Mejor Deportista de la Década de 1980. Por eso su fotografía cuelga en la Galería Costarricense del Deporte y en la Galería de la Mujer. Una vez retirada, **Silvia** se dedicó a estudiar, tiene dos maestrías y trabaja en las áreas de las Relaciones Internacionales y la Administración de Empresas. Hoy desde su trabajo en Naciones Unidas, en Ginebra, Suiza, sigue siendo ejemplo de disciplina y esfuerzo en sus responsabilidades profesionales.

**(1970)**

---





## Ana Poltronieri Maffio

“**L**a Poltro” como le decían en confianza, fue una maestra y actriz de teatro, televisión y cine, reconocida por interpretar de manera magistral a sus personajes. Tenía una voz privilegiada y un talento único que la llevaron a recibir muchos reconocimientos, entre ellos, cuatro veces el Premio Nacional de Teatro a la mejor actriz (1968, 1970, 1971 y 1988). Fue galardonada en México (2001) como una de las mejores actrices de toda América Latina y declarada hija predilecta por la Municipalidad de San José.

Tenía un excelente sentido del humor, y sus clases eran muy esperadas por sus estudiantes, pues aparte de enseñarles muchas cosas de una manera muy entretenida, también les hacía reír.

Junto con otras personas de su gremio, fundó una compañía de Teatro llamada Arlequín, reconocida como una de las mejores que hayan existido en Costa Rica. Cuando se le preguntó qué la movió para hacer todo lo que hizo, contestó: “Porque me lo dictaba el corazón”.

La “Dama del Teatro”, como también se le reconoció, sigue siendo un ejemplo para el medio escénico costarricense.

**(1929-2015)**

---





## Emilia Prieto Tugores

**E**ducadora, pintora, activista política y defensora de los derechos de las mujeres y la infancia. Su gran interés por conocer la cultura costarricense la llevó a investigar y recolectar dichos, refranes, canciones y coplas. Estudiando los decorados de las carretas, descubrió su gran valor artístico, por lo que organizó en San José un primer desfile donde la población pudiera apreciar todos esos dibujos y colores tan bonitos.

También fue caricaturista, profesora de dibujo y pintura, compositora y cantante de temas tradicionales del valle central de Costa Rica.

A **Emilia** le gustaba irse por los pueblos y escuchar a la gente del campo interpretar sus canciones, las cuales recopilaba y luego ella misma cantaba, acompañada por una guitarra.

Participó activamente en una organización llamada Alianza de Mujeres Costarricenses, y escribió en revistas y periódicos donde mostró su interés por conocer la situación del país y ofrecer soluciones. Por eso en 1943 formó parte de un grupo de docentes, artistas e intelectuales que fundaron la Universidad Obrera para que la gente que no tenía dinero pudiera ir a estudiar ahí.

En 1984 obtuvo el mayor reconocimiento que se otorga a una persona por sus logros y triunfos en el campo del periodismo: el Premio Nacional Joaquín García Monge.

Sobre la vida de esta valiosa y notable costarricense, la cineasta Mercedes Ramírez hizo una película titulada *La libélula de Guararí*.

**(1902-1986)**

---





## Estela Quesada Hernández

**F**ue una de las tres primeras mujeres que llegaron a ser diputadas. Antes ninguna en el país había ocupado tan alto puesto, y lo logró gracias a su trabajo constante y su espíritu indomable. Las otras dos fueron Ana Rosa Chacón González y María Teresa Obregón Zamora.

A pesar de que durante gran parte del siglo pasado se pensaba que “la política era solo para los hombres”, ella rompió ese estereotipo y no le importaron todas las críticas que la gente le hacía. Persiguió su sueño y lo logró, ya que estaba convencida de la necesidad de participar y proponer soluciones a los problemas de los países.

Consideraba que la educación es muy importante para surgir y tener mejores posibilidades de trabajo, y por eso estudió para maestra y para abogada y se dedicó a impartir clases en varias escuelas.

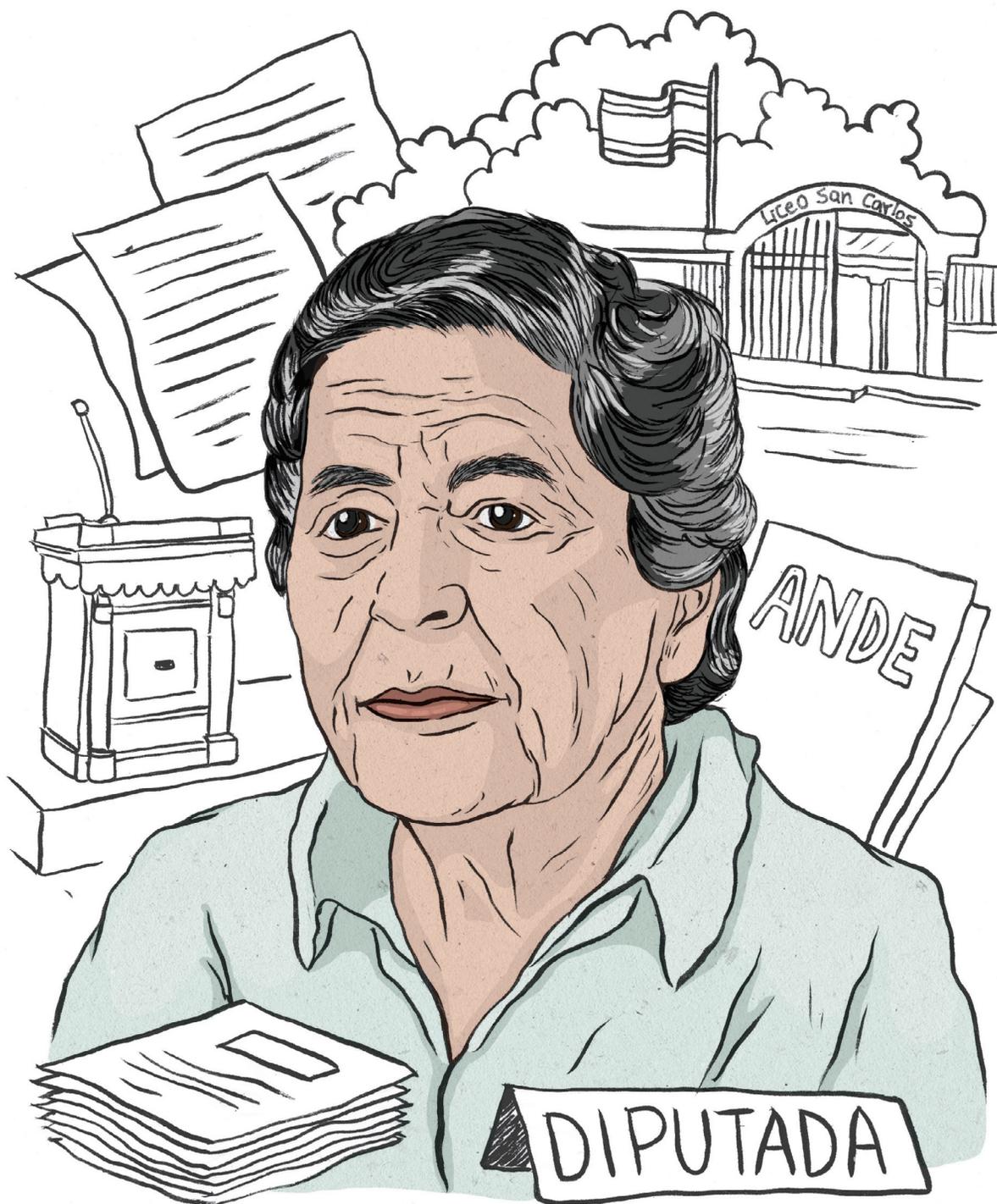
Para animar a la juventud a continuar sus estudios, fundó un centro educativo (hoy Liceo de San Carlos de Alajuela) donde durante dos años dio lecciones gratuitas de historia, matemática y geografía.

Fue Ministra de Educación y de Trabajo y Seguridad Social, y desde esos ministerios impulsó gestiones que ella denominó “luchas contra el comunismo”.

Ya adulta mayor, decidió irse a vivir a un albergue: quería hacer amistades nuevas, seguir aprendiendo. Estaba contenta de poder compartir y conversar con personas diferentes.

**(1924-2011)**

---





## Corina Rodríguez López

**C**orina fue reconocida como oradora por su gran habilidad para hablar en público y atraer con su discurso claro y entusiasta la atención de quienes la escuchaban. Su tema fundamental era el derecho de las mujeres al voto.

Se graduó de maestra y luego viajó fuera del país, donde estudió psicología e inglés. Fue directora del Colegio de Señoritas y profesora en el Liceo de Costa Rica y en la Escuela Normal (donde se estudiaba magisterio).

Sus preocupaciones sociales la llevaron a fundar instituciones como La Casa del Niño, y junto con otras personas, la Liga Antialcohólica.

Participó en las actividades de protesta contra las injusticias del gobierno dictatorial de Federico Tinoco, que reprimió duramente al pueblo, por lo que con muchas otras personas del gremio de docentes, en 1919 participó en una marcha que dio por resultado el incendio del periódico *La Información*, afín a la dictadura.

Siempre mostró una fuerte voluntad para luchar por quienes más lo necesitan, trabajando para que tuvieran casa, comida y educación.

**(1895-1982)**

---





## Anna Gabriela Ross González

¿Qué hacen los doctores?, ¿para qué sirve la medicina? Esas preguntas se las hacía constantemente **Anna Gabriela** de pequeña, mientras jugaba con otros niños y niñas de la escuela o del barrio. Cuando organizaban un juego ella se levantaba rápidamente, alzaba su mano y decía: “¡Yo soy la doctora!”

Siempre se interesó por el bienestar ajeno y pensaba que si estudiaba para convertirse en médica podía tener herramientas para ayudar a las personas enfermas.

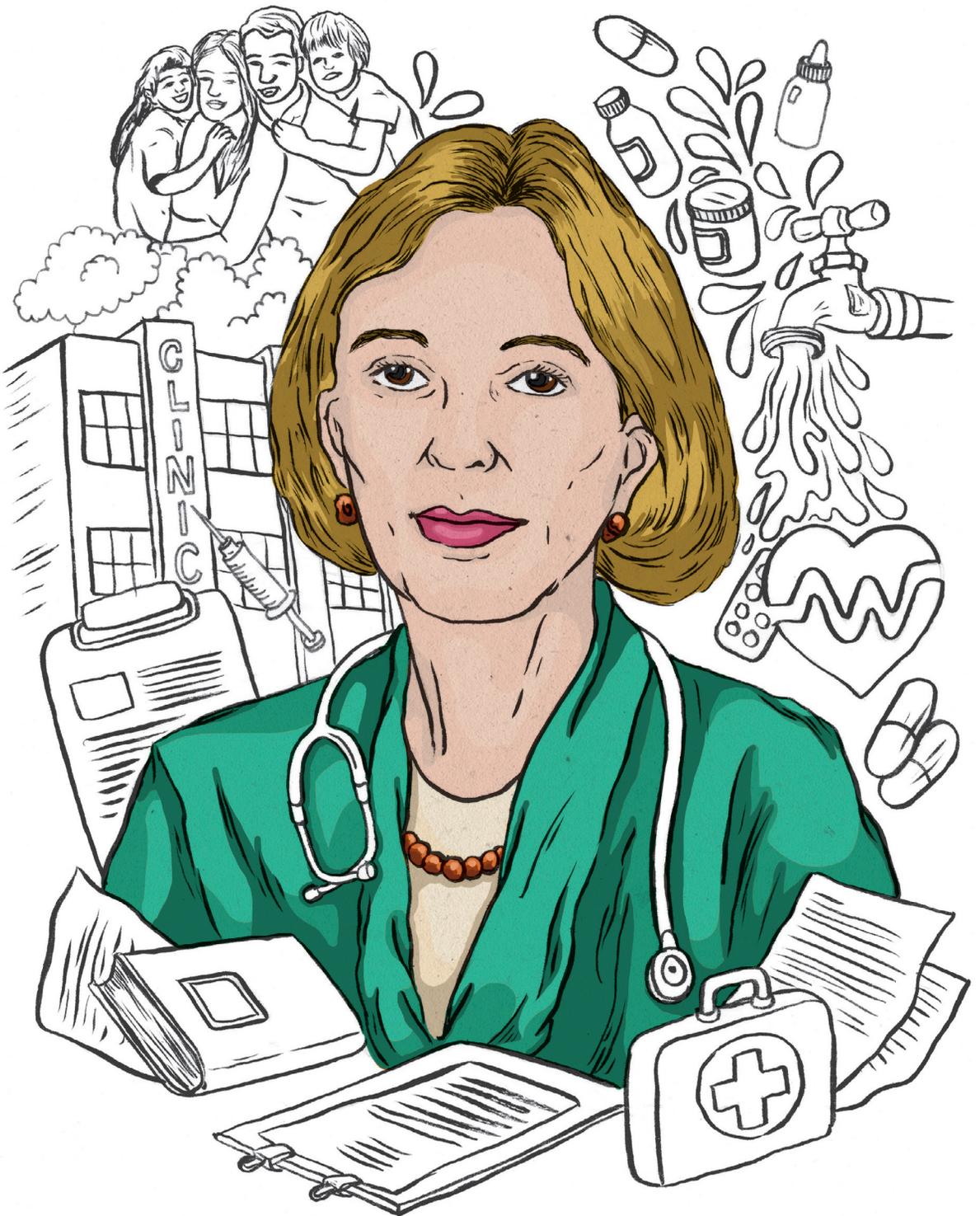
Y así fue. **Anna Gabriela** mantuvo siempre su sueño hasta que ingresó a la universidad y se graduó como la doctora que siempre quiso ser.

Para ese momento se seguía preguntando: “¿Qué hacen los doctores?, ¿para qué sirve la medicina?” Sabía bien que servía para luchar contra la enfermedad, para cuidar a sus pacientes, pero ella pensaba en grande y quería velar por el bienestar de muchas personas al mismo tiempo. La respuesta era dedicarse a la salud pública; es decir la de la población en general. De esa manera se interesó por hacer de las comunidades lugares más sanos. Fue una labor muy importante: se preocupó, entre muchas otras cosas, de que el agua que tomamos fuera limpia, de que la basura no contaminara a la gente, de que las clínicas médicas fueran lugares seguros.

**Anna Gabriela** fue una mujer muy alegre, dicen quienes la conocieron: siempre luchadora, solidaria, madre y doctora al mismo tiempo. Con su ejemplo nos enseñó que las mujeres podemos cambiar el mundo para hacer de él un lugar mejor.

**(1952-2003)**

---





## Rose Marie Ruiz Bravo

**F**ue la primera mujer en toda América Latina a la que le correspondió ser rectora de una universidad pública, como es la Universidad Nacional. Este es el puesto más alto que se puede ocupar en un centro de educación superior. Y requiere de mucho estudio y disciplina. Significa dirigir a toda la institución.

**Rose Marie** estudió química y trabajó como docente, pero fue gracias a su posición en la rectoría como esta casa de estudios mejoró mucho y actualmente ocupa un puesto importante en el listado de las mejores del país.

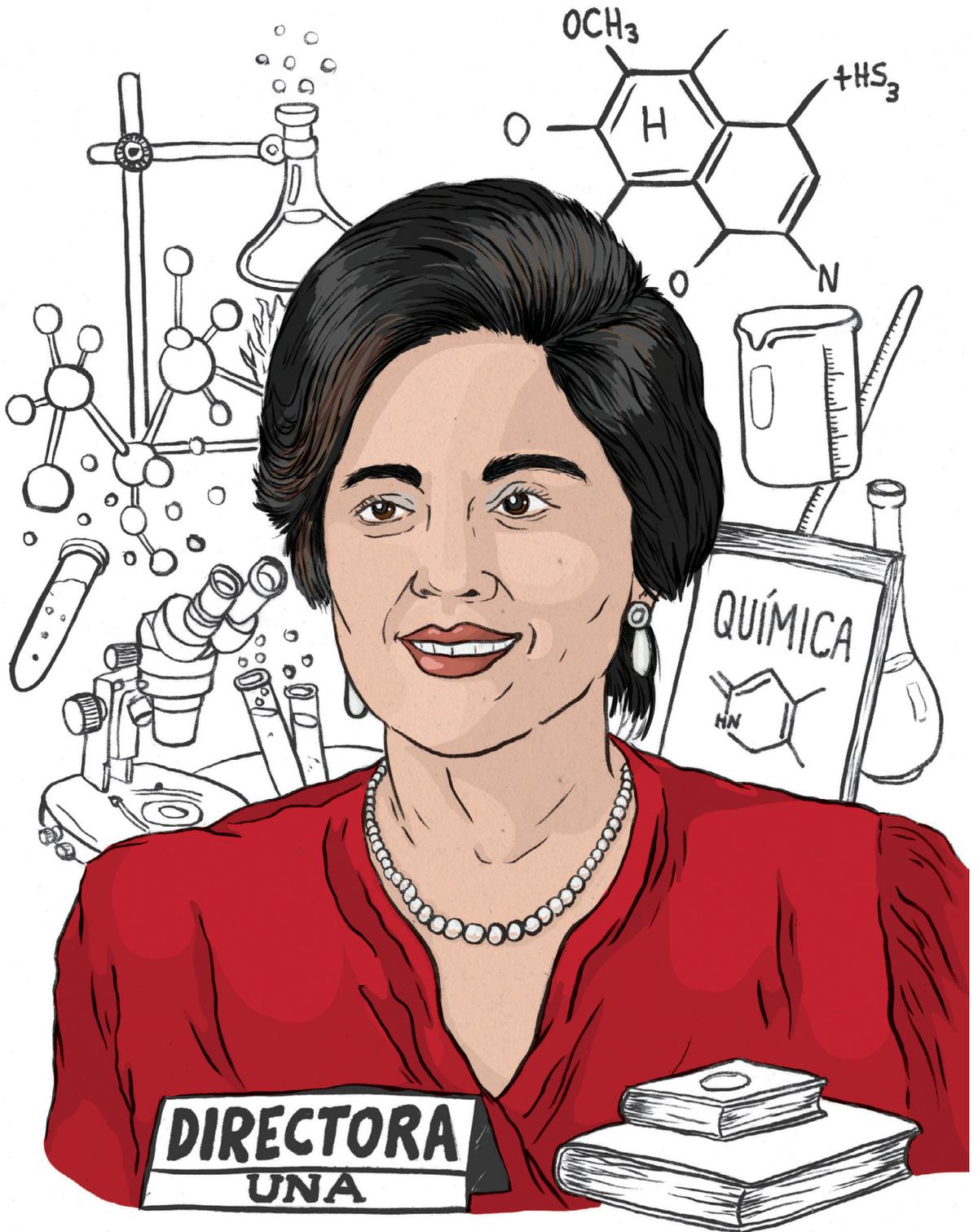
También fue Presidenta Ejecutiva del Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS) donde trabajó a favor de las personas más pobres y luchó para que tuvieran mejores condiciones de vida.

Los intereses de **Rose Marie** abarcan también la custodia de la vida silvestre, el mejoramiento de la situación de las mujeres y la defensa de sus derechos humanos.

Ella es una persona fuerte, sin miedo a levantar la voz frente a las injusticias.

**(1944)**

---



**DIRECTORA  
UNA**



## Juana Segundo Sánchez

**N**acida en Limón un 8 de marzo, Día Internacional de la Mujer, **Juana** era una niña que amaba la tierra donde creció, KéköLdi, cuya traducción al español desde la lengua bribi es “Río del bastón del chamán”. Esto le fascinaba porque pensaba que sumergirse en las aguas de su pueblo hacía que su cuerpo saliera purificado. Bañarse era sinónimo de vida y de sanación. ¿Cómo no defender y querer un lugar así? Vivía en medio del bosque, gozaba de salir por las mañanas y contemplar el paisaje tan impresionante que la rodeaba.

Cuando llegaba a casa, su padre le enseñaba algunas palabras en español, y puesto que desde muy joven empezó a interesarse por defender los derechos de su gente, ese aprendizaje le ayudó para comunicar sus intereses y necesidades.

Un profundo respeto y amor por los recursos naturales la llevaron a donar a la comunidad parte de sus tierras, en las que se experimentó criando iguanas verdes (que estaban desapareciendo) para repoblar los bosques, en los que llegaron a liberar más de 30 mil. Esto la llenó de muchísimo orgullo y felicidad.

**Juana** también se ha preocupado por preservar las historias y tradiciones de sus antepasados y con ese fin ha escrito varios libros. Muchas publicaciones del Ministerio de Educación Pública han sido traducidas por ella. Esta es otra manera que utiliza para promover el rescate y el respeto de las tradiciones indígenas de Costa Rica. A esto le sumamos otra de sus principales pasiones: dibujar su tierra. La población indígena bribri tiene mucho que agradecerle.

**(1954)**

---





## Marcelle Taylor Brown

**M**arcelle Taylor Brown, es una lideresa política, que fue diputada, educadora de primaria, secundaria y universitaria, y funcionaria pública.

Se destaca por su trabajo a favor de los derechos humanos de las personas negras de Costa Rica, y ha luchado incansablemente por fortalecer la cultura limonense, mostrando las mejores tradiciones de la comida, la vestimenta, la música y los valores como la alegría, la fuerza y el orgullo de pertenecer a su provincia.

Gracias a ella se organizan muchas actividades, como por ejemplo, reuniones, encuentros, desfiles por las calles de Limón, que reúnen a mucha gente y donde se da a conocer al país lo mejor de la cultura afrocostarricense.

**Marcelle** está muy orgullosa de ser negra y continúa trabajando a favor de las personas de su raza y el respeto a sus raíces.

**(1933)**

---





## Faustina Torres Torres

**F**austina Torres Torres, una indígena bribri del clan Korkuak, en la comunidad de Shiroles (del territorio Bribri, Talamanca, Limón), es pionera en impulsar a las mujeres para que se reúnan, conversen, y propongan actividades conjuntas, tales como empresas que les permitan tener ingresos económicos o grupos de apoyo mutuo, de manera tal que se empoderen a sí mismas y a su territorio.

Por eso fundó la Asociación Comisión de Mujeres Indígenas Bribris de Talamanca (ACOMUITA) que se dedica a proteger el medio ambiente y elaborar deliciosos productos de cacao mezclado con frutos propios de la zona, como carambola, naranja y jengibre.

Como le gusta mucho la tierra en que vive, con sus montañas llenas de árboles enormes y ríos de agua limpia, con monos, loros y tucanes, le interesa protegerla y conservarla junto con todo lo que en ella habita y enseñarle a otras mujeres a resguardarla.

**Faustina** recorre a menudo las amadas montañas de Talamanca, visitando familias y ayudándolas para que tengan una vida cada vez mejor.

**(1966)**

---





# María Eugenia Vargas Solera

**E**n San José, en un lugar llamado Barrio México, nació **María Eugenia**. Su familia era muy grande, siempre había mucho ruido y juegos. Con cinco hermanos y cuatro hermanas, era imposible aburrirse.

Ella recuerda su infancia con cariño y amor. Las risas, las conversaciones, las comidas familiares, los abrazos. Y a alguien a quien jamás olvidará, su papá, don Alejandro. Era un maestro y médico muy famoso a quien siempre admiró porque sus enseñanzas le fueron muy útiles en la vida. Por eso quería ser médica como él y ayudar a las personas. No lo consiguió porque en esa época para estudiar medicina había que salir de Costa Rica, y el mundo estaba envuelto en una de las peores guerras, por lo que era muy inseguro. Se convenció de que también podía ayudar y proteger a quien lo necesitara si se hacía abogada.

Si tuviera que decir cómo nacieron sus súper poderes, diría que fue gracias a los paseos nocturnos con su papá, sus hermanos y hermanas. Iban cerca de su casa, donde había zonas de escasos recursos; también al Mercado Central, y él les decía "Nunca olviden a las personas más pobres, no toda la gente tiene las mismas oportunidades." Este mensaje quedó grabado para siempre en su mente y su corazón.

En esas salidas ella se encontraba con muchas caritas infantiles sucias, cuerpos delgados, miradas tristes. Algo muy distinto a lo que veía en su familia. Eso la hacía soñar con que algún día podría hacer algo por esa niñez desvalida. Con el tiempo fue su gran defensora y veló para que tuvieran el alimento y los cuidados necesarios.

También luchó por los derechos de las mujeres, y los de las personas con discapacidad. Su sensibilidad no tuvo límites. Ha recibido muchos reconocimientos, fue la primera jueza en nuestro país, y su labor ha sido tan apreciada que se creó un premio con su nombre.

En una ocasión, como parte de su trabajo ordenó el asilamiento por dos meses de una joven vendedora de periódicos que había provocado una pelea callejera. Cuando la chica recuperó la libertad, parecía otra persona. Años después, llamó muy emocionada y agradecida a **María Eugenia** y le contó que su hija ahora trabajaba para la NASA. De una generación a otra, los periódicos se convirtieron en naves espaciales y cohetes.

**(1922)**

---





## Bernarda Vásquez Méndez

**E**xiste un lugar llamado La Tigra. Es hermoso, con muchísimos árboles, riachuelos, bicicletas, gente amable y trabajadora, una plaza de fútbol, una iglesia, casitas de madera en medio del bosque, pájaros que llenan de silbidos el ambiente. Por supuesto también hay una escuela, en la que además de aprender se puede votar.

En el año 1950, algunas personas querían que La Tigra perteneciera a San Carlos, otras a San Ramón. Esto hizo que el domingo 30 de julio se realizaran votaciones, para que la mayoría de sus habitantes decidiera a dónde quería pertenecer.

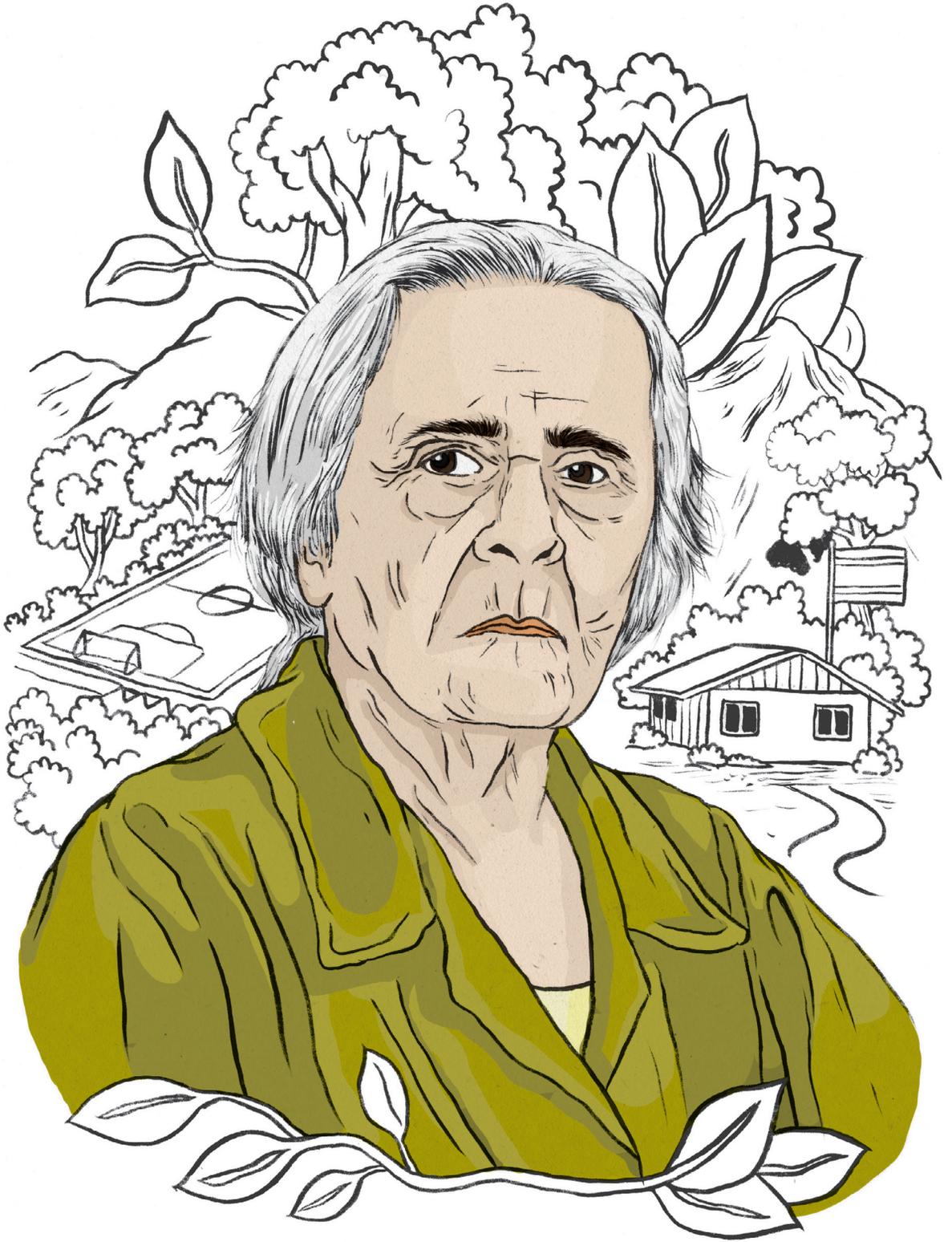
Apenas **Bernarda** supo esta posibilidad, decidió que ese día iba a madrugar: estaba dispuesta a convertirse en la primera mujer que votaba en Costa Rica, pues recién se había aprobado el voto femenino. Y aunque dice que no ganó, pues ella quería ser de San Ramón, cuenta con orgullo que sí ganó, porque quería hacer historia como la primera votante en nuestro país, y así fue.

Tan convencida estaba de su objetivo, que se levantó a las 3 de la mañana para que nadie se le adelantara. Desde ese momento se convirtió en una voz de llamado para las costarricenses a ejercer nuestro derecho, a participar de la democracia, a vivirla de manera responsable.

Sus familiares y amistades la llamaban la niña **Bernarda**, y la recuerdan como una campesina muy alegre, risueña, dispuesta a ayudar, y amante de la política. Siempre tuvo en su casa una bandera gigante con los colores de su partido. Quienes por allí pasaban sabían de quién era y sonreían. También era famosa por los picadillos que hacía y compartía con la comunidad. Se ganó un lugar en el cariño del pueblo y del país con su humildad y pasión para defender sus ideales. Era muy difícil no querer a esta morena de cabello negro trenzado y una mirada llena de vida.

**(1918-2013)**

---





## Zarela Villanueva Monge

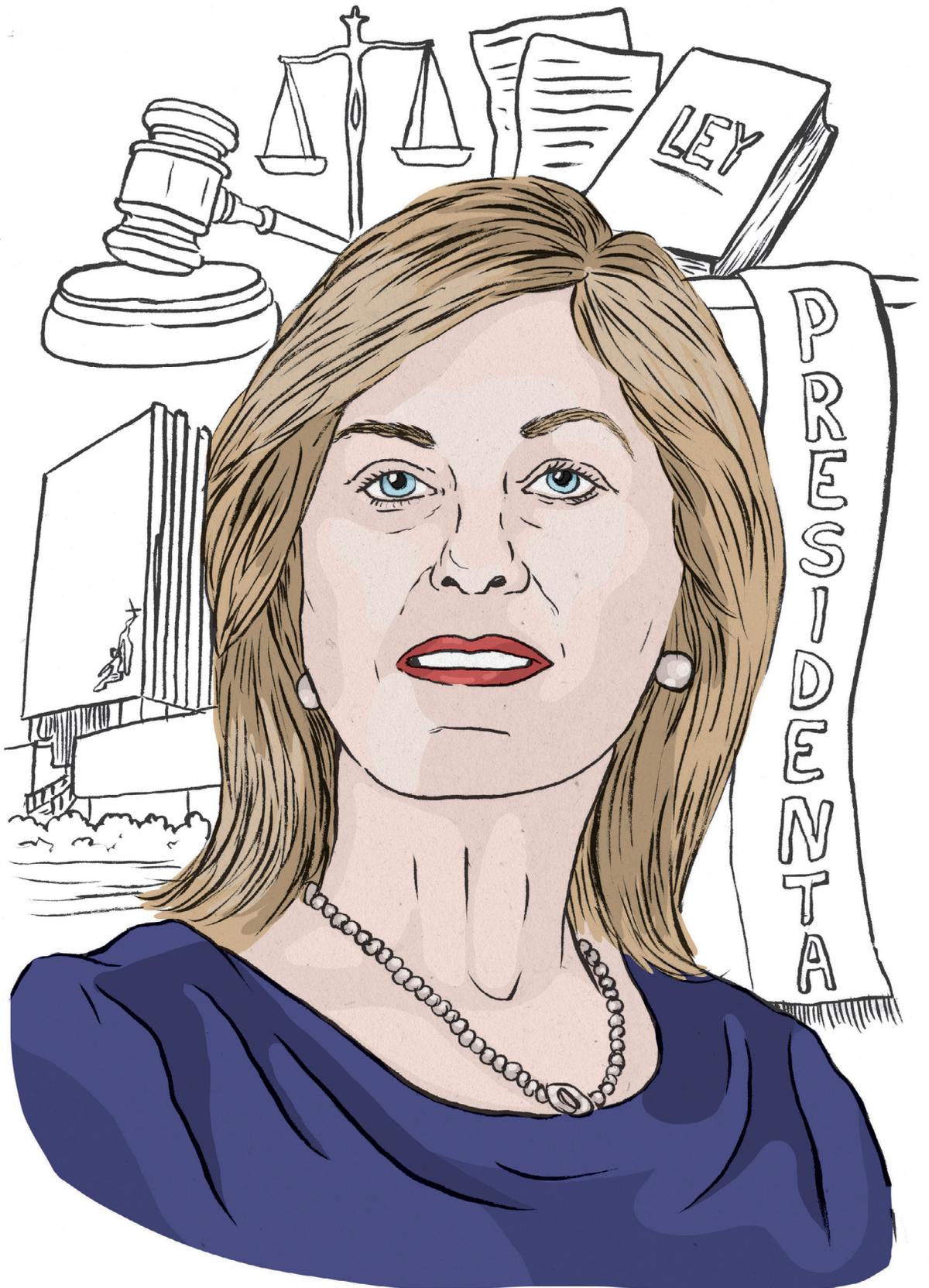
**S**u mamá y su papá la describen como una mujer muy estudiosa y trabajadora, clara en sus metas y convicciones. **Zarela** desarrollaba sus proyectos de principio a fin, empeñosa en alcanzar sus propósitos. Y con ese entusiasmo y dedicación fue logrando una impresionante carrera profesional como abogada que sumaría importantes logros no solo para ella, sino para el resto de las mujeres y para el país. En 3 ocasiones su nombre abrió puertas en lugares donde antes solo participaban hombres: logró ser la primera mujer en presidir la Asociación de Estudiantes de la Facultad de Derecho de la Universidad de Costa Rica; en el 2010 fue nombrada como la primera Vicepresidenta, y en el 2013, llegó a ser la primera Presidenta de la Corte Suprema de Justicia, el cargo más importante en el Poder Judicial de nuestro país. ¡Nuevamente **Zarela** marcando la historia en grande!

Durante sus 40 años de trabajo en la Administración de Justicia, ella sabía que algunas personas, en especial mujeres, sufrían diferentes formas de violencia y a veces tenían miedo de denunciar lo que les habían hecho. Por eso se esforzó por crear oficinas especiales donde se las pudiera atender. Fue así como se fueron estableciendo en distintos lugares del país los Juzgados de Violencia Doméstica y las Fiscalías de Delitos Sexuales y Violencia Doméstica. En estas oficinas hay especialistas que ayudan a quienes llegan lastimadas, tristes y asustadas a denunciar y defender su derecho a vivir libres de cualquier forma de violencia o discriminación, tal y como lo dicen nuestras leyes. Con el propósito de que las víctimas de los delitos no tuvieran que ir de oficina en oficina a solicitar respeto a sus derechos, impulsó las plataformas centralizadas de servicio y los equipos de respuesta rápida para víctimas de violación.

**Zarela** inició una carrera judicial ocupando el cargo más bajo en la judicatura y poco a poco llegó al más alto como Magistrada, desde donde logró crear la Comisión de Género; la Secretaría de Género del Poder Judicial y el Observatorio de Violencia de Género contra las Mujeres y Acceso a la Justicia. En estas oficinas hay profesionales que dan seguimiento a todo lo que ocurre en el país en el tema de violencia contra las mujeres, igualdad de los sexos, pensiones alimentarias, derechos, capacitación al personal, entre otros asuntos. Todo esto como parte de su idea de modernizar y ampliar el sistema y hacerlo más accesible a toda la ciudadanía. Además, su ideal era el de una justicia “con rostro humano” y “como instrumento para el desarrollo humano”.

Como les contaba, la mamá y el papá de esta comprometida mujer decían que ella terminaba todo lo que empezaba. Así que en el 2017, cuando finalizó su período presidencial de cuatro años, vio que su trabajo en el Poder Judicial había terminado con grandes satisfacciones y se acogió a la jubilación, dejando al país un gran legado en el campo de su especialidad.

(1952)





Edificio A - Sigma, Piso 1  
Costado oeste del Mall San Pedro,  
Montes de Oca, San José, Costa Rica  
Teléfono: 2527-8401 - Fax: 2253-8123  
Correo electrónico: [info@inamu.go.cr](mailto:info@inamu.go.cr)  
[www.inamu.go.cr](http://www.inamu.go.cr)

ISBN: 978-9968-25-371-0



9 789968 253710